EDIÇÃO Nº 314

FOLHA DE PIRACICABA

O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Piracicaba, domingo, 28 de julho 2024 | www.folhadepiracicaba.com.br

Carboidratos x refluxo gastroesofágico: qual a relação?

Foto: Banco de Imagem

Pág. 03

Em estudo nos EUA, participantes que reduziram a ingestão de fontes de carboidratos simples (como massas e doces) tiveram crises menos frequentes do problema

Médicos e cientistas têm investigado cada vez mais a relação entre o consumo de carboidratos simples e a piora do refluxo gastroesofágico em pessoas que sofrem com esse problema. Essa condição é caracterizada pelo retorno involuntário do alimento após chegar ao estômago — em vez de permanecer ali, a comida volta em direção ao esôfago. Entre os sintomas estão azia, dor e tosse seca, por exemplo.

Segundo alguns estudos, comer muitos alimentos fontes de carboidratos simples — como massas refinadas e doces — pode piorar esse quadro. Entre as pesquisas que analisaram esse elo está uma publicada no periódico The American Journal of Gastroenterology.

Cidade Pág. 06

Neuralgia do Trigêmeo, conhecida como "Pior dor do mundo", é causada ao atingir o sistema nervoso

Foto: Banco de Imagem

Neurocirurgiã detalha o que é a Neuralgia do Trigêmeo, síndrome que gera dores fortes na face.

Cultura Pág. 26

REVISTA Us

28 de julho de 2024

Braga e Pedro Aranha

Irmãos lançam o hit musical "Apoiar" em todas as plataformas

Comportamento — Nomofobia: tipo de ansiedade que surgiu na era digital

Moda — UMA: tecidos que não amassam e são perfeitos pra viajar

Decor — Estilo industrial e decoração

Estética — Calvice na barba afeta a autoestima de muitos homens

Cidade Pág. 09

Lei brasileira inclui o bullying como crime no código penal

Cidade Pág. 15

HFC Saúde investe em monitores de triagem

Cidade Pág. 15

Coplacana inicia Balcão do Agro 2024

Cidade Pág. 07

Wegovy, versão do Ozempic para obesidade, chega às farmácias brasileiras

Foto:Banco de Imagem

Embora estivesse previsto para estar disponível no Brasil em agosto, o Wegovy (Semaglutida) já pode ser encontrado em algumas drogarias

Cidade Pág. 17

Simespi inaugura Business Center

Artigo

A Saúde de Piracicaba

É muito injusto ver a Secretaria Municipal de Saúde recebendo inúmeras críticas veiculadas em redes sociais, jornais e em sites vindas de pessoas desinformadas sobre o trabalho realizado pelas equipes da Pasta. É como se essas "opiniões" viessem de pessoas oportunistas em decorrência do período pré-eleitoral e, também, daqueles que agem por pura má-fé.

ante àquilo realizado nos últimos 20 anos, período em que a Secretaria de Saúde praticamente parou no tempo. As críticas construtivas sempre serviram para melhoria da gestão pública e isso foi muito importante para a criação de vários projetos e programas que promoveram a maior evolução na Saúde Municipal

Assumimos a Pasta no pior momento da pandemia da Covid-19, onde praticamente todas as ações foram voltadas a minimizar os impactos junto aos piracicabanos como: perda e reposição de profissionais da saúde, demora no atendimento nos postos de Saúde e UPAs, além da falta de vagas nos hospitais, por exemplo. Nestas dificuldades, criamos o projeto Respirar, o site VacinaPira – que chegou a 96% da população vacinada contra a Covid-19, com taxa de mortalidade de 1,45%, estando a menos da metade do indicador estadual, sendo uma das menores do país –, construímos o anexo da UPA Piracicamirim com 42 leitos, em 60 dias, para desafogar os hospitais e dar suporte clínico aos pacientes das unidades de emergência, entre outros.

"As críticas construtivas sempre serviram para melhoria da gestão pública e isso foi muito importante para a criação de vários projetos e programas que promoveram a maior evolução na Saúde Municipal"

Em relação à falta de profissionais, fizemos a terceirização de duas UPAs com remanejamento de profissionais para melhorar o atendimento, com custo bastante menor do gasto habitual e que vem dando ótimos resultados. Abrimos credenciamento médico e de clínicas privadas para atendimento das especialidades e ingressamos no Consórcio Intermunicipal de Saúde, o Cismetro, para suprir a falta de profissionais.

A modernização do SUS de Piracicaba começou com a troca do software da saúde, que possibilitou a instalação de sistema digital para atendimento em todas as unidades por meio de totens e monitores, além de inaugurarmos o serviço de Telemedicina, que está sendo muito elogiado apesar, ainda, da resistência da população em usar esta ferramenta. Assim, podemos dizer que o SUS é conectado, uma vez que o aplicativo do Cartão Pira Cidadão, além da Telemedicina, dá ao usuário acesso a exames e marcação de consultas online, farmácia com disponibilidade de consulta a medicamentos online, entre outros.

Cabe destacar que a cidade de São Paulo tem, hoje, aproximadamente 13 milhões de pessoas e 460 postos de saúde; já Piracicaba, com 440 mil, tem a COT (Central de Ortopedia e Traumatologia), 4 UPAs e 74 UBSs/USFs. Ou seja, não temos falta de postos, mas sim enfrentamos o hábito dos munícipes em procurar as UPAs para resolver problemas que seriam resolvidos nas UBSs e USFs – hoje com médicos em todas as unidades.

Para os atendimentos em especialidades, muitos deles represados na pandemia, veio o Zera Fila, com o Cismetro, onde zeramos as filas mais antigas e de pacientes prioritários para cirurgias de catarata, com quase 4.000 olhos operados; mutirão de colonoscopia e endoscopia com 500 exames/mês; ônibus de saúde da mulher com mais de 2.260 vagas disponibilizadas em mamografias e ultrassons de rastreio de câncer, além da implantação da UPA Livre, para atendimento dos casos respiratórios e suspeitos para dengue, desafogando os atendimentos de baixo risco realizados nas UPAs.

Vale destacar a viabilidade de novos contratos com os hospitais para aumentar o número de leitos e procedimentos hospitalares, além de dobrar os procedimentos de cateterismo e angioplastia; e o início das reformas dos postos de saúde, com 11 sendo entregues neste ano, além de deixar pronto os editais para reformas de todas as demais unidades da cidade.

Marcelo Pinto de Carvalho é secretário Municipal de Saúde

Artigo

O momento da mudança chegou

Uma linda convenção municipal da nossa Federação Brasil da Esperança sancionou meu nome para concorrer à Prefeitura de Piracicaba e me deu a grande alegria de também aprovar o nome do Dr. Perci Bertolini como candidato a vice-prefeito.

Mais uma vez, quero externar às amigas e aos amigos leitores e leitoras que é com grande honra e orgulho que recebo essa gratificante tarefa, que a de representar no pleito de outubro todos aqueles e todas aquelas que desejam mudanças verdadeiras em Piracicaba, que desejam uma prefeitura que atenda às necessidades e anseios de toda a população, sobretudo daqueles e daquelas que mais precisam de serviços públicos acessíveis e de qualidade.

Ter como vice uma pessoa como o Dr. Perci Bertolini engrandece nossa chapa e nos dá mais certeza de que saberemos governar de fato para a maioria, porque a saúde pública é uma das áreas que mais merece atenção no nosso município. O Dr. Perci é um profissional comprometido com a saúde pública e conhece como poucos a rede municipal de saúde e nos ajudará a resolver os problemas que hoje afetam a nossa população.

É preciso colocar Piracicaba em sintonia com o Brasil, com as transformações que o presidente Lula vem fazendo em todas as áreas, na prioridade absoluta que ele tem dado ao combate à fome e à miséria, buscando a inclusão de todos os brasileiros e brasileiras nos direitos da cidadania. É por isso que o governo Lula, juntamente com o Congresso Nacional, está regulamentando a reforma tributária de forma a desonerar os alimentos e produtos da cesta básica, para cheguem mais barato nas casas das camadas mais pobres, ao mesmo tempo em que estabelece uma política fiscal progressiva, fazendo com que bilionários e detentores de grandes fortunas passem a contribuir de forma mais significativa para custear as políticas públicas, permitindo aumentar a faixa de isenção das camadas menos favorecidas.

"Piracicaba merece cuidados de quem tem sensibilidade, compromisso e experiência com políticas públicas fundamentais, como é o caso da Educação"

Piracicaba merece cuidados de quem tem sensibilidade, compromisso e experiência com políticas públicas fundamentais, como é o caso da Educação. A Educação é política estruturante para uma sociedade desenvolvida, justa, soberana e tecnologicamente avançada. Ela é, na verdade, a principal política pública, sem qual não existiria a medicina, as engenharias, as áreas tecnológicas, a cultura, enfim, não existiram os profissionais que fazem existir o progresso e os avanços sociais e que contribuem para que tenhamos mais anos de vida, com mais qualidade.

Neste ano, a população das capitais e de todos os demais municípios brasileiros, como em Piracicaba, terão a oportunidade de escolher o caminho do desenvolvimento sustentável, no momento em que a emergência climática afeta de forma concreta e dolorosa nossa vida cotidiana. Lamentavelmente, tragédias como a que se abateu sobre o estado do Rio Grande do Sul, assim como antes havia afetado o estado de Santa Catarina, a Bahia e tantos outros lugares, podem se tornar cada vez mais rotineiras, se não houver uma mudança rápida e consistente em termos de proteção ambiental, mudança da matriz energética e de restauração das condições necessárias à vida no nosso planeta. Piracicaba pode e deve participar desse processo.

Pensamos também que é preciso melhorar nosso sistema viário, assim como investir na melhoria do transporte público, tornando-o mais moderno, confortável, acessível. Piracicaba é uma cidade que cresce e é preciso que tenhamos um sistema de transporte que interligue todas as regiões, para que o trabalhador e a trabalhadora possa se deslocar com agilidade e o menor desgaste possível, assim como os estudantes e toda a população em seus momentos de lazer.

No momento adequado nossa campanha ganhará as ruas e teremos a oportunidade de dialogar com piracicabanos e piracicabanas sobre essas e outras questões, como políticas para a juventude, para as mulheres, para a população LGBT, para negros e negras, sobre a moradia, a cultura, o esporte, o lazer. Tenho conversado muito nos bairros e vilas e sinto que o momento da mudança chegou.

Professora Bebel é deputada estadual pelo PT, segunda presidenta – licenciada – da APEOESP e pré-candidata a Prefeita de Piracicaba

Diretor Comercial: Marcelo Germano; **Editora Revista Us**: Rosana Di Hipolito; **Diagramação:** Flavio Salgueiro; **Arte Final e Tratamento de Imagem:** Daniel Kusunoki; **Revisão**: Ana Lucia Valente
E-mail: contato@ folhadepiracicaba.com.br.
Site: www.folhadepiracicaba.com.br.

O que o consumo de carboidratos tem a ver com o refluxo?

Em estudo nos EUA, participantes que reduziram a ingestão de fontes de carboidratos simples (como massas e doces) tiveram crises menos frequentes do problema

> ***"Outro ponto importante a ser destacado é que as mudanças na alimentação propostas pelo estudo fizeram com que os participantes perdessem peso, o que sabidamente é uma forma de melhorar a doença do refluxo e suas complicações"***

Foto: Divulgação

Segundo alguns estudos, comer muitos alimentos fontes de carboidratos simples pode piorar esse quadro

Thais Szegö

Médicos e cientistas têm investigado cada vez mais a relação entre o consumo de carboidratos simples e a piora do refluxo gastroesofágico em pessoas que sofrem com esse problema. Essa condição é caracterizada pelo retorno involuntário do alimento após chegar ao estômago — em vez de permanecer ali, a comida volta em direção ao esôfago. Entre os sintomas estão azia, dor e tosse seca, por exemplo.

Segundo alguns estudos, comer muitos alimentos fontes de carboidratos simples — como massas refinadas e doces — pode piorar esse quadro. Entre as pesquisas que analisaram esse elo está uma publicada no periódico The American Journal of Gastroenterology.

Para o estudo, cientistas dos Estados Unidos recrutaram 98 participantes, com idades entre 47 e 72 anos. Eles foram divididos aleatoriamente em quatro grupos conforme a dieta que seguiram nas nove semanas seguintes ao início do experimento: 1) ingestão alta de carboidratos totais e alta de carboidratos simples, considerado o grupo controle; 2) alta de carboidratos totais e baixa de carboidrato simples; 3) baixa de carboidratos totais e alta de simples; e 4) baixa de carboidratos totais e baixa de simples.

Após o período estipulado, os cientistas analisaram três fatores ligados ao refluxo gastroesofágico: o tempo de exposição do esôfago ao ácido gástrico, o número total de episódios de refluxo nos voluntários e a presença de sintomas da condição.

Os resultados mostraram que houve melhora do quadro em todos os grupos que reduziram a ingestão de carboidratos, totais ou simples (apenas o grupo controle permaneceu da mesma forma). Entretanto, a porção dos voluntários que comeu menos carboidratos totais e carboidratos simples foi a que obteve mais benefícios provenientes da alteração na dieta.

Ressalvas

Mas esses achados não significam que pessoas com refluxo devem cortar carboidratos da dieta. Muito menos por conta própria: além de serem nutrientes essenciais para o funcionamento do organismo, mais estudos são necessários para entender seu real impacto nessa condição gástrica.

"O número de participantes [da pesquisa] é pequeno e metade não tinha diagnóstico da doença do refluxo, que acontece quando os episódios de refluxo, que podem acontecer com qualquer um após uma refeição muito pesada, por exemplo, se repetem de forma crônica", explica o gastroenterologista e hepatologista Rafael Ximenes, do Hospital Israelita Albert Einstein de Goiânia. "Isso é relevante porque, nesses casos, fatores que não são relacionados com a alimentação, como uma hérnia de hiato ou alterações na contração do esôfago, podem estar envolvidos."

Já o gastroenterologista José Augusto Messias, professor titular de clínica médica da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), destaca que os indivíduos analisados no estudo eram predominantemente homens e veteranos das forças armadas dos Estados Unidos. Isso é relevante porque, de acordo com o próprio artigo, a incidência de refluxo gastroesofágico é maior nessa população: entre 40% e 45%, contra 30% na população civil adulta estadunidense.

"Mas esses fatores não diminuem o valor dos resultados, que fazem parte de um estudo publicado no The American Journal of Gastroenterology, uma das mais prestigiosas revistas na área de gastroenterologia clínica do mundo e que é muito rigorosa no processo para selecionar os artigos que serão colocados em suas páginas", observa Messias, que é membro titular da Academia Nacional de Medicina.

Entre os resultados de maior relevância da pesquisa, segundo o docente da UERJ, está a melhora dos sintomas e da presença de ácido clorídrico no esôfago dos voluntários. "Esse é um dos principais objetivos do tratamento da doença do refluxo esofágico", pontua José Augusto Messias.

"Outro ponto importante a ser destacado é que as mudanças na alimentação propostas pelo estudo fizeram com que os participantes perdessem peso, o que sabidamente é uma forma de melhorar a doença do refluxo e suas complicações", pontua Rafael Ximenes, do Einstein. Entre as complicações do quadro estão câncer de esôfago e esôfago de Barrett, que acontece quando células da parte final do esôfago são substituídas por células características do intestino, o que aumenta o risco de surgimento de um tumor.

Ainda assim, vale reforçar: nada de agir por conta própria. Os especialistas ressaltam que, em muitos casos, o tratamento medicamentoso é fundamental para tratar o refluxo. "Os remédios diminuem a produção de ácido pelo estômago, melhorando os sintomas e favorecendo a cicatrização de possíveis lesões provocadas no esôfago, que é a principal forma de prevenir as complicações da doença", explica Ximenes.

Fonte: Agência Einstein

“Pior dor do mundo” é causada ao atingir o sistema nervoso

Neurocirurgiã detalha o que é a Neuralgia do Trigêmeo, síndrome que gera dores fortes na face.

Foto:Divulgação

Carolina Arruda, de 24 anos, que foi diagnosticada há 11 anos com Neuralgia do Trigêmeo Bilateral

Classificada como a “pior dor do mundo” por quem já recebeu o diagnóstico da doença crônica, a Neuralgia do Trigêmeo é uma síndrome que causa dores fortes no rosto, em geral, em regiões específicas e em apenas um dos lados. A sensação que as pessoas têm com essa patologia é de pontadas, choques ou queimação no local atingido.

De acordo com Danielle de Lara, após receber o diagnóstico da doença, a pessoa passa a sentir as dores realizando hábitos comuns durante o dia. “Normalmente, a dor é sentida com ações simples, como escovar os dentes, mastigar, falar, beber água ou até mesmo um toque na região”, detalha.

A neurocirurgiã explica que a Neuralgia do Trigêmeo pode surgir de duas formas. “Existem duas possibilidades de ter esta doença crônica. A primeira aparece com a compressão neurovascular a partir de um posicionamento anormal da artéria, que acaba comprimindo o nervo. A segunda possibilidade ocorre com uma predisposição genética”, afirma.

Para tratar a síndrome, Danielle recomenda o uso de alguns medicamentos, mas aponta que a depender do desenvolvimento da doença, um procedimento neurocirúrgico pode ser realizado. “Os medicamentos devem ser de uso diário, por se tratar de uma doença crônica. Anticonvulsivantes são os mais comuns para tratar a neuralgia, e remédios que reduzem os espasmos musculares e antidepressivos tricíclicos podem ser efetivos. Caso os medicamentos não correspondam e dependendo da gravidade do caso, é necessário uma intervenção cirúrgica”.

Caso Carolina Arruda

Em julho deste ano viralizou a história da veterinária mineira, Carolina Arruda, de 24 anos, que foi diagnosticada há 11 anos com Neuralgia do Trigêmeo Bilateral. Após realizar quatro procedimentos cirúrgicos, a paciente ainda sentia as fortes dores diariamente, e por isso, tomou a decisão de realizar uma operação de Eutanásia.

De acordo com o relato da veterinária, atualmente ela vive à base de morfina, juntamente com o tratamento com canabidiol, mas que não aliviam as dores. Proibida no Brasil e considerada como ‘suicídio assistido’, o processo de Eutanásia da mineira terá de ser realizado fora do país, em locais que são permitidos este tipo de procedimento, como na Suíça, onde Carolina pretende fazer.

No entanto, após o convite do médico Carlos Marcelo de Barros, diretor clínico da Santa Casa de Alfenas (MG) e presidente da Sociedade Brasileira para os Estudos da Dor (SBED), a paciente iniciou mais um tratamento na tentativa de amenizar as dores.

Carolina foi internada no dia 8 de julho para iniciar o processo de intervenção. Após ficar sedada na Unidade de Terapia Intensiva (UTI) entre os dias 10 e 15, quando foi realizada a sonoterapia, a mineira voltou ao quarto e alegou alívio das dores, considerando como uma “experiência inédita”.

Para seguir minimizando as dores sofridas na face pela paciente, a equipe médica optou pelo método de implantação de neuroestimuladores na medula espinhal e no Gânglio de Gasser. Esses dispositivos possuem alta tecnologia e são capazes de estimular o nervo. A previsão é de que o procedimento tenha acontecido no dia 27 de julho.

O caso de Carolina Arruda ainda está em andamento.

Wegovy chega às farmácias brasileiras

Embora estivesse previsto para estar disponível no Brasil em agosto, o Wegovy (Semaglutida) já pode ser encontrado em algumas drogarias

> ***"Esse tipo de molécula é o futuro para tratamento de diabetes tipo 2 e obesidade. É seguro e eficaz, é um análogo de um hormônio produzido no intestino que é o GLP1..."***

Fotos: Banco de Imagem

Existem vários estudos mostrando a eficácia e segurança dessas moléculas

As chamadas canetas emagrecedoras continuam sendo as queridinhas no mercado quando o assunto é perda rápida de peso. Embora sejam medicamentos inicialmente utilizados no tratamento de diabetes, elas vêm demonstrando cada vez mais eficácia quando utilizadas para redução de peso. "E obesidade é uma preocupação global, com números alarmantes, que desencadeia outras cardiopatias crônicas. Mais de 1 bilhão de pessoas são portadoras da patologia, sendo 650 milhões de adultos, 340 milhões de adolescentes e 39 milhões de crianças, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS)", ressalta Elaine Dias JK, PhD em endocrinologia pela USP e metabologista.

O destino ideal para você morar com sua família já existe em Piracicaba

O Belmonte Piracicaba é um empreendimento arborizado com amplo espaço de lazer completo, localizado no bairro Campestre

Qual seria o destino ideal para você? Antes de continuar a leitura, arrisco dizer que o destino ideal para você morar com sua família seria um refúgio verde, seguro e acolhedor, onde cada dia começa com o canto dos pássaros e termina com o pôr do sol sobre um horizonte arborizado. Parece um sonho, não é? E para ser ainda mais perfeito, um amplo espaço de lazer completo para você desfrutar de momentos de diversão e tranquilidade.

E se eu te dissesse que esse destino já existe em Piracicaba e está pronto e liberado para você construir?

No Belmonte Piracicaba, você terá a oportunidade de vivenciar isso e muito mais diariamente. Localizado no bairro Campestre, entre os consolidados condomínios Park Campestre I e Park Campestre II, o Belmonte complementa a região, contribuindo para o desenvolvimento e a sofisticação em Piracicaba.

O Belmonte está localizado em uma região que respira desenvolvimento e valorização. O bairro Campestre é reconhecido por sua vida urbana, repleta de opções de comércio e serviços. Além disso, você terá acesso facilitado ao anel viário de Piracicaba. A proximidade com o centro da cidade garante acesso a todas as facilidades urbanas, sem abrir mão da paz e do conforto que só um bairro nobre pode oferecer.

O empreendimento conta com quatro opções de quadras/campos, piscina e ofurô à sua disposição, uma área gourmet pronta para você desfrutar das melhores refeições ao lado de quem ama, academia na porta da sua casa, espaço pet para momentos ao ar livre com seu pet, um playground completo onde seus filhos poderão vivenciar experiências incríveis e muito mais. Tudo isso, pagando menos do que você imagina.

Se você chegou até aqui, significa que sabe das vantagens em escolher o lugar ideal para viver. Conheça o Belmonte Piracicaba e descubra como é possível unir conforto, segurança e natureza em um só lugar.

Qualidade de vida não se compra, mas vale o investimento!

Foto: reprodução

Itens de lazer do Belmonte Piracicaba

SOBRE A PAEZ DE LIMA

O Belmonte é uma realização da Paez de Lima Empreendimentos, uma empresa com tradição e reconhecimento no mercado imobiliário. A Paez de lima traz para esse projeto toda a sua expertise em criar ambientes que elevam uma experiência completa em moradia.

Para mais informações sobre o Belmonte Piracicaba acesse:

Site: https://belmontepiracicaba.com.br/

Instagram: https://www.instagram.com/belmontepiracicaba?utm_source=ig_web_button_share_sheet&igsh=ZDNlZDc0MzIxNw==

Embora estivesse previsto para estar disponível no Brasil em agosto, o Wegovy (Semaglutida) já pode ser encontrado em algumas drogarias. Até então, a semaglutida vinha sendo prescrita através do Ozempic, que promove, comprovadamente, a redução de 15% do peso corporal em pacientes diabéticos após 16 meses. E pesquisas feitas com o Wegovy mostraram uma perda de 17,4% em dois anos. Ambos são análogos do hormônio GLP1, com indicação de aplicação semanal.

"Esse tipo de molécula é o futuro para tratamento de diabetes tipo 2 e obesidade. É seguro e eficaz, é um análogo de um hormônio produzido no intestino que é o GLP1. Existem vários estudos mostrando a eficácia e segurança dessas moléculas. Recentemente, foi publicado o estudo SELECT demonstrando que pacientes obesos, com doença cardíaca, usando semaglutida 2,4mg por semana reduziram em 20% os eventos cardíacos em comparação com o grupo que estava usando placebo", complementa Elaine, também especialista em emagrecimento saudável.

Já a Tirzepatida, com o nome comercial Mounjaro, é um outro medicamento revolucionário que também foi aprovado pela ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), mas ainda não possui data para lançamento oficial no Brasil. A inovação é conhecida como "king kong" entre os fármacos para o emagrecimento e tratamento do diabetes tipo 2, segundo Elaine. Ela comenta que o tratamento é sucesso absoluto nos Estados Unidos por ser muito mais potente na melhora da glicose e no auxílio da perda de peso rápida. "Ele é o análogo dos hormônios intestinais GLP1 e GIP, que agem no hipotálamo, no centro da fome e saciedade", ressalta a especialista.

Elaine comenta que em estudos realizados pela Eli Lilly, laboratório responsável pela fórmula, em fase 3, apontaram uma redução média de 26,6% do peso dos participantes durante um ano e sete meses, o equivalente a 23kg em um paciente que pesava cerca de 104kg.

A médica explica que, assim como a diabetes, a obesidade é uma doença crônica, multifatorial e complexa. Existem diversos fatores relacionados ao sobrepeso e, por isso, é fundamental que o paciente faça uma avaliação com profissional da saúde, embasada em exames laboratoriais.

Ela comenta que "a obesidade é uma patologia e infelizmente a maioria das pessoas sofrem não somente por conta das demais doenças que ela pode acarretar, como hipertensão, a própria diabetes etc, mas também em função de preconceito, especialmente as mulheres. Há muitos pacientes que recorrem ao médico por isso, porque passaram por situações humilhantes no trabalho, na academia, dentro de casa, na loja de roupas e até em consultórios médicos. O que está diretamente relacionado à falta de informação e conscientização da população", indaga Elaine.

A endocrinologista e metabologista ressalta que, além da genética, tanto a diabetes quanto a obesidade estão ligadas a compulsão alimentar e ansiedade. Por isso, é extremamente importante tratar o paciente para que ele tenha saúde e qualidade de vida, aliando tratamentos endocrinológicos com acompanhamento nutricional, psicológico e tecnologias que proporcionam bem-estar.

A obesidade, em si, reflete em diversos outros sistemas do corpo: coração, fígado, rins, articulações e sistema reprodutivo. "Ela é capaz de provocar uma série de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como a própria diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares, hipertensão, acidente vascular cerebral e várias formas de câncer, bem como problemas de saúde mental", explica Elaine.

As principais características dos medicamentos, são:

Ozempic - semaglutida: agonista do hormônio intestinal GLP1. Já disponível no mercado nacional, para aplicação semanal de até 1mg. É indicado principalmente para o tratamento de diabetes tipo 2. Ele ajuda a controlar os níveis de glicose no sangue em adultos com essa condição. É geralmente administrado uma vez por semana, com doses que variam de 0,5 mg a 1 mg.

Wegovy - semaglutida: também agonista do hormônio intestinal GLP1. Chega ao mercado brasileiro no dia 1 de agosto de 2024 com indicação para o tratamento da obesidade em adultos com um índice de massa corporal (IMC) ≥ 30 kg/m² ou ≥ 27 kg/m², com comorbidades relacionadas ao peso, hipertensão, diabetes tipo 2 ou dislipidemia. É administrado uma vez por semana, com doses que aumentam progressivamente até 2,4 mg.

Mounjaro - tirzepatida: Agonista dos hormônios intestinais GLP1 e GIP. Aprovado pela Anvisa em setembro de 2023, sem data para lançamento oficial no Brasil. É administrado também uma vez na semana, com doses de 5 mg, 10 mg até chegar a 15 mg.

Lei brasileira inclui o bullying como crime no código penal

A Lei 14.811/24 estabelece sanções para o bullying e o cyberbullying

Foto: Banco de Imagem

A importância da conscientização tanto por parte do público quanto das instituições responsáveis pela aplicação da lei

> ***"O bullying é a prática de atos violentos, intencionais e repetidos contra uma pessoa indefesa, causando danos físicos e psicológicos às vítimas..."***

Em 15 de janeiro de 2024, entrou em vigor a Lei 14.811, que introduziu importantes mudanças no cenário legal brasileiro. Além de instituir medidas nacionais de prevenção e combate à violência contra crianças e adolescentes, a nova lei também modificou o Código Penal, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) e a Lei de Crimes Hediondos.

Em 2023, o Brasil atingiu um patamar histórico no registro de casos de bullying e cyberbullying. Mais de 120 mil notificações dessa natureza foram feitas em cartórios, representando um aumento de 12% na média anual. Desde 2010, quando foram registrados 19 mil casos, a quantidade desse tipo de ocorrência explodiu. A ata notarial, que documenta fatos presenciados por tabeliães, tornou-se uma ferramenta essencial para garantir respaldo jurídico e proteção aos cidadãos.

"O bullying é a prática de atos violentos, intencionais e repetidos contra uma pessoa indefesa, causando danos físicos e psicológicos às vítimas. Essa conduta pode ocorrer individualmente ou em grupo, seja por meio de violência física ou psicológica. Os atos de bullying incluem humilhação, discriminação e ações verbais, morais, sexuais, sociais, psicológicas, físicas, materiais ou virtuais", explica o doutor e ativista Nilton Serson.

Além disso, essa lei classifica como crimes hediondos o sequestro de menores de idade, a indução à automutilação ou ao suicídio e o tráfico de crianças e adolescentes. Crimes hediondos são aqueles que não permitem pagamento de fiança, perdão de pena ou liberdade provisória . O novo dispositivo legal define o bullying como "intimidação sistemática" e o cyberbullying como "intimidação sistemática virtual" quando realizados por meio de redes sociais, aplicativos, jogos online ou outros ambientes digitais.

Serson explica: "Apesar de a legislação estar direcionada ao combate à violência em estabelecimentos educacionais ou similares, a qualificação como crime, conforme previsto no Código Penal, não se restringe ao ambiente escolar. Essa lei também tem o potencial de impactar significativamente o ambiente corporativo. Ao classificar o bullying e o cyberbullying como delitos penais, as empresas serão incentivadas a adotar políticas mais rigorosas e eficazes para prevenir e combater essas práticas".

A Lei 14.811/24 estabelece sanções para o bullying e o cyberbullying. No caso do bullying, a pena é uma multa, exceto em situações mais graves, como lesão corporal. Já no cyberbullying, quando realizado pela internet, redes sociais, aplicativos ou jogos online, a pena é de reclusão de dois a quatro anos, além da multa . Essa lei também abrange políticas públicas de prevenção e combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes.

Serson ressalta a importância da conscientização tanto por parte do público quanto das instituições responsáveis pela aplicação da lei. Isso visa garantir que as vítimas se sintam apoiadas ao denunciar esses crimes. Além disso, é fundamental educar continuamente as pessoas sobre o que constitui o bullying e o cyberbullying, bem como destacar a relevância de manter um ambiente respeitoso e inclusivo, seja no mundo virtual ou no presencial.

PRÊMIOS INCRÍVEIS PARA O PAIZÃO: VOO PANORÂMICO, CABELO E BARBA E ALMOÇO ESPECIAL OU CANECA STANLEY!

REGRAS:

1. SIGA O PERFIL **@XMT.TUR** E PARCEIROS
2. CURTA A **PUBLICAÇÃO OFICIAL**
3. MARQUE 3 AMIGOS **NOS COMENTÁRIOS**

PARCEIROS:

@AEROCLUBEPIRACICABA

@BARBEARIAPEROLA.NEGRA

@PINTADONABRASAPIRACICABA

O SORTEIO ACONTECE 09/08.

Boa sorte!

Movimento IDentidade e Comunidade ARTHMOS

Leandro Arthur
é Treinador Inteligência Emocional

"O Movimento IDentidade que surgiu com o seu inconformismo em ver as pessoas e seus alunos perdidos sem saber a direção seguir diante de caos que a sociedade vive"

Leandro Arthur é Treinador Inteligência Emocional com larga experiência com pessoas por ter trabalho por 22 anos na Caterpillar como líder de um time de alta performance e formado em Administração de Empresas e pós graduado em Gestão Empresarial e Coaching, com especialidade em Autossabotagem e Leitura Corporal, e técnicas de PNL para treinamentos de alto impacto emocional.

Recentemente criou o Movimento IDentidade que surgiu com o seu inconformismo em ver as pessoas e seus alunos perdidos sem saber a direção seguir diante de caos que a sociedade vive com a falta de identidade, e com isso serem levadas ao efeito manada, afinal, ninguém ensinou como resgatar sua identidade, seu SER, sua essência. E com o Movimento IDentidade tem o propósito de criar uma legião de aliados para fazer parte desta tribo que tenham o mesmo objetivo - dar direção às pessoas - munindo-as de autoconhecimento, informações, conhecimento, experiência e tudo que possa levá-las para a única e mais importante direção - dentro de si - e fazer esse resgate.

Para isso criou a Comunidade ARTHMOS, que tem uma plataforma para armazenar aulas gravadas de alunos que procuraram desenvolvimento pessoal ou se desbloquearam dentro de Treinamentos práticos já realizados em Piracicaba com passagem por mais de 2.000 pessoas.

E nessa plataforma será liberado mensalmente conteúdos sobre Comunicação, Mentalidade, Emoções, Neurociência, PNL - Programação Neurolinguística, Coaching, Psicologia Positiva, Livros e Física Quântica e estudo de livros ao-vivo. Essa ideia é em função de aumentar o acesso a livros, uma vez que temos uma sociedade carente de leitura de livros, com isso, não necessitando lê-los e sim assistir as aulas e absorver o conteúdo.

* ARTHMOS é a base de Valores e sua Essência >> ARTH das iniciais do sobrenome ARTHUR e o MOS da palavra Atmosfera, que juntos soam como ATMOS, lembrando o AMBIENTE e o UNIVERSO, onde Leandro acredita que tudo acontece e se molda pela conexão. Além também de ter virado um acrônimo de valores do seu Movimento e Comunidade:

A = Amor, R = Respeito, T = Transbordo, H = Honestidade, M = Movimento, O = Ordem e S = Sabedoria. Se o ARTHMOS é a BASE, o CPF é os 3 pilares de sustentação: C = Corpo, P = Pensamento e F = Fé, que acaba sustentando o topo, o teto, que o Leandro chama de ID = Identidade. E em torno dessa estrutura há uma blindagem em movimento que contém 3 pontos: o DEF >> D - Deus, E - Energia e F - Família.

O Lema é: "Coragem para se Posicionar, IDentidade para se Libertar" O símbolo e arquétipo é o Leão que simboliza poder e liderança e revela força, vigor, coragem e tenacidade. E no subconsciente é associado o respeito e louvor e, segundo a interpretação bíblica dos versículos, o Leão de Judá seria o Messias salvador, que governaria e unificaria todas as nações sob o nome de Deus. Genericamente, a figura do "leão" é compreendida como "o rei", "o poder" ou "o que governa sobre os outros".

Faça parte dessa TRIBO - ARTHMOS e se alie ao Movimento Identidade

Serenidade e Cuidado em Piracicaba

Localizado estrategicamente em Piracicaba, o Cemitério Parque da Ressurreição é muito mais do que um local de descanso eterno. Este espaço dedicado à memória oferece uma atmosfera de paz e tranquilidade, sendo um refúgio em momentos de luto e reflexão.

Os jardins meticulosamente cuidados e a diversidade de plantas do Cemitério Parque da Ressurreição não só embelezam o ambiente, mas também proporcionam um espaço sereno para visitantes e familiares. Com caminhos arborizados que convidam à contemplação, o cemitério se destaca como um oásis urbano onde se pode encontrar conforto na natureza.

Adquirir um jazigo no Cemitério Parque da Ressurreição é uma decisão de responsabilidade e cuidado. Além de assegurar um local definitivo para os entes queridos, representa a garantia de que seus desejos serão respeitados e sua memória honrada com dignidade. Com diversas opções disponíveis e condições facilitadas de pagamento, o cemitério oferece a oportunidade de planejar o futuro com tranquilidade emocional e financeira.

Para aqueles que buscam conforto espiritual, o cemitério realiza missas diárias na Capela da Ressurreição, sempre às 7h da manhã. Estas cerimônias são momentos de união e espiritualidade, onde a comunidade pode se reunir para orar e encontrar consolo em sua fé.

Foto: Divulgação

Um espaço dedicado à memória que oferece uma atmosfera de paz e tranquilidade

Visite o Cemitério Parque da Ressurreição e descubra o ambiente acolhedor que oferecemos. Localizado na Av. Comendador Luciano Guidotti, 1754 - Jardim Caxambu, Piracicaba, SP, estamos prontos para atender você e sua família com respeito e cuidado. Venha conhecer nossas instalações e planejar com antecedência o seu futuro e o daqueles que você ama.

Comemoração: Santa Casa festeja 30 anos da UTI Neonatal e 15 anos da UTI Pediátrica

Unidades foram pioneiras em Piracicaba e região, alterando o nível da assistência infantil e pediátrica

“Um momento histórico; comemorado por cada um de nós, pelas comunidades de Piracicaba e região para as quais essas Unidades são referência e, sobretudo, pelos familiares e pelas mais de 11.000 crianças que passaram por essas UTIs ...”

Durante solenidade repleta de emoção, reconhecimento, homenagens, depoimentos e boa música, a Santa Casa de Piracicaba comemorou na noite de ontem, 27, os 30 anos de funcionamento de sua UTI Neonatal e os 15 anos de implantação da UTI Pediátrica.

“Um momento histórico; comemorado por cada um de nós, pelas comunidades de Piracicaba e região para as quais essas Unidades são referência e, sobretudo, pelos familiares e pelas mais de 11.000 crianças que passaram por essas UTIs para o restabelecimento de suas vidas ao longo deste período; muitas delas, hoje, adultas”, disse o provedor Alexandre Valvano Neto, anfitrião durante solenidade que reuniu recebeu médicos, funcionários, convidados e autoridades para celebrar a data.

No espaço de honra, sob a apresentação do clarinetista Luís Gustavo Ananias, Valvano Neto recebeu o prefeito Luciano Almeida; o secretário municipal de saúde Marcelo Pinto de Carvalho; o coordenador da UTI Neonatal Antônio Ananias Filho; o coordenador da UTI Pediátrica Felipe Ananias; o chefe do Departamento de Pediatria Marcelo Carvalho; o coordenador do PAP- Pronto Atendimento Infantil do Santa Casa Saúde, Marcelo Bandini; e a preceptora da residência médica em pediatria no Hospital, Suzana Jagle.

O provedor também recepcionou Rossana Cristiane Lopes Triano e o esposo Wagner Matias, pais da Carolina Lopes Garcia, de 28 anos; e do Jean Triano, de 22. Ambos passaram pela UTI Neonatal. A psicóloga Bruna da Silva Ravira e seu esposo Renan Schmidt Lamosa, pais da pequena Anna Liz, de 9 meses, que também passou pela UTI Neo, participaram da noite concedendo seu depoimento revelando a importância dessas UTIs na vida das pessoas.

Após os depoimentos, o momento foi de homenagens às equipes médicas e de enfermagem das UTIs por meio da entrega de placas aos médicos Sandra Noeli Sacht, Estela Mara Monteiro Terra e Rogério Amalfi; e aos profissionais de enfermagem Selma Maria Bertoline, que justificou ausência, Lais Basso Trancolin e Maiby Marocco Parazzi. “Muitas vidas foram restabelecidas graças à moderna estrutura tecnológica das Unidades, ao atendimento qualificado e humanizado e, sobretudo à equipe altamente especializada que têm feito toda diferença, impactando positivamente na evolução e o prognóstico das crianças assistidas”, disse o provedor ao justificar as homenagens.

Em complemento, o coordenador da UTI Neonatal, Antônio Ananias, lembrou que essas unidades foram pioneiras na região, proporcionando um grande salto de qualidade no atendimento e na diminuição da taxa de mortalidade infantil; pois, através da Santa Casa, pela primeira vez, médicos pediatras intensivistas e toda a equipe multiprofissional especializada tinham locais adequados para o atendimento a recém-nascidos e crianças em estado grave de saúde. “Antes da implantação dessas Unidades, os casos mais graves eram tratados nas UTIs adultos ou nas próprias pediatrias”, disse.

O coordenador do Departamento de Pediatria, Marcelo Carvalho Silva, lembrou da missão de cuidar dos mais frágeis, das crianças que lutam bravamente todos os dias sem nunca desistir. “Cada sorriso que conseguimos arrancar, cada lágrima que enxugamos, é uma vitória imensurável”, disse. Classificando as equipes como guardiões da esperança, ele falou sobre a paixão que ilumina os momentos mais escuros e dos desafios que concedem força e estímulo. “Aprendi que o conhecimento é importante, mas a empatia, a capacidade de ouvir, de confortar, de estar presente, é o que realmente faz a diferença; pois cada um de nós tem o poder de tocar vidas de uma maneira que vai muito além do físico”, considerou.

Fotos: Divulgação

Dirigentes, médicos e funcionários da Santa Casa, convidados e autoridades marcaram presença no evento

Em sua fala, o prefeito Luciano Almeida, por sua vez, agradeceu a Santa Casa de Piracicaba pela manutenção de uma estrutura que, segundo ele, tem ajudado a Prefeitura a manter um dos melhores sistemas públicos de saúde do país. “Sou grato à Santa Casa pelo que a Instituição significa para Piracicaba e região”, disse.

Ao encerrar a solenidade e conceder as bênçãos in loco às duas Unidades, o padre Rodrigo Simão refletiu sobre a importância da fé e sobre viver em comunidade, pontos que para ele, alivia nas privações e nos sofrimentos, pois promove a esperança. “Fé e ciência podem e devem coexistir”, disse.

Coplacana inicia Balcão do Agro 2024 com uma gama de oportunidades para a safra

Cooperativa preparou inúmeras ofertas imperdíveis em toda a linha de produtos

Foto: Divulgação

Colaboradores preparados para receber cada cliente

> *"Entre 29 de julho e 3 de agosto faremos o nosso tradicional Balcão do Agro Coplacana. É uma semana planejada para trazermos aos nossos cooperados condições comerciais imperdíveis nesta janela importante da safra..."*

Seguindo o ditado popular "quem chega cedo, bebe água limpa", a Coplacana (Cooperativa dos Plantadores de Cana do Estado de São Paulo) dá o pontapé inicial em mais uma edição do Balcão do Agro, iniciativa que visa oferecer aos produtores rurais a oportunidade de se planejarem com antecedência e garantirem as melhores condições para a safra. Realizada entre 29 de julho e 3 de agosto, a campanha oferece preços imbatíveis em uma ampla gama de produtos, abrangendo todas as 36 unidades da cooperativa espalhadas por cinco estados.

O Balcão do Agro também se apresenta como um momento estratégico para aquisição de itens de suplementação animal, por exemplo. Além disso, devido às férias, a linha de produtos do varejo, como kits para churrasco e itens para manutenção veicular, também ganha destaque na campanha, atendendo à demanda dos produtores e clientes neste período do ano.

Peças e implementos agrícolas, defensivos, fertilizantes e sementes de cerca de 50 fornecedores também compõem o portfólio de produtos em promoção durante o Balcão do Agro.

De acordo com Roberto Rossi, Diretor de Negócios da Coplacana, a iniciativa se configura como uma oportunidade imperdível para os produtores. "Entre 29 de julho e 3 de agosto faremos o nosso tradicional Balcão do Agro Coplacana. É uma semana planejada para trazermos aos nossos cooperados condições comerciais imperdíveis nesta janela importante da safra. Tratos de soqueira da cana em pleno andamento e pré-plantio para cereais. É o momento de definir e fechar os insumos e serviços para a safra. Traremos para o Balcão grandes oportunidades para nutrição especial e biológicos, máquinas, implementos, agricultura de precisão, defensivos, fertilizantes e nossa linha completa do varejo. Preços e prazos em condições imperdíveis. Esperamos que possamos fazer a diferença para a boa efetividade dos nossos cooperados", ressaltou Rossi.

A campanha abrange produtores de diversas culturas, como cana-de-açúcar, soja, milho, trigo e sorgo, que podem aproveitar os descontos em todas as filiais da Coplacana nos estados de São Paulo, Goiás, Minas Gerais, Mato Grosso do Sul e Paraná.

Para mais informações sobre o Balcão do Agro Coplacana 2024, entre em contato pelos canais de comunicação oficiais ou envie uma mensagem no WhatsApp (19) 99722-0432. Acesse o site www.coplacana.com.br e as redes sociais @coplacana para conferir as novidades.

HFC Saúde investe em monitores de triagem

Mais segurança, agilidade e precisão

Foto: Divulgação

Os monitores Drager Vista SC120 são equipamentos de última geração

O HFC Saúde acaba de investir em tecnologia de ponta para melhorar ainda mais a qualidade do atendimento prestado aos seus pacientes. Foram adquiridos 20 monitores de triagem Drager Vista SC120, que já estão em operação no pronto atendimento e nas áreas de internação do hospital.

Os monitores Drager Vista SC120 são equipamentos de última geração, projetados para realizar a verificação de sinais vitais de rotina com precisão e eficiência. Eles monitoram diversos parâmetros essenciais, como a saturação de oxigênio (SPO2), temperatura (Temp), pressão não invasiva (PNI), frequência cardíaca (FC) e a escala de alerta precoce modificada (MEWS).

> *"Essa aquisição reflete o compromisso do HFC Saúde com a inovação e a melhoria contínua dos serviços de saúde oferecidos à comunidade. A implantação desses equipamentos representa um avanço significativo na monitorização de pacientes..."*

Além disso, os novos monitores estão totalmente integrados ao prontuário digital do hospital, o que garante maior segurança e agilidade nos processos de enfermagem. Com essa integração, os dados dos pacientes são atualizados em tempo real, permitindo uma resposta rápida e precisa às necessidades de cada indivíduo.

"Essa aquisição reflete o compromisso do HFC Saúde com a inovação e a melhoria contínua dos serviços de saúde oferecidos à comunidade. A implantação desses equipamentos representa um avanço significativo na monitorização de pacientes, contribuindo para a excelência no atendimento e a segurança dos pacientes", disse o presidente do HFC Saúde, José Coral.

Convenções confirmam Bebel candidata a prefeita e Dr. Perci vice

Chapa terá apoio de seis partidos, PT, PV, PC do B, Rede, Psol e PCO

Vanderlei Zampaulo

Em convenções partidárias entusiasmada, que reuniu lideranças políticas e de movimentos sociais, a deputada estadual piracicabana Professora Bebel (PT) teve o seu nome confirmado como candidata a prefeita pela Federação "Brasil da Esperança" nas eleições municipais deste ano, que acontecerão em outubro. Nas convenções do PT, PV e PC do B, realizada na noite desta última terça-feira, 23 de julho, no Centro Comunitário do Jardim Esplanada, local que já foi palco de inúmeros movimentos populares, também foi aprovado o nome do médico Dr. Perci Zilli Bertolini, do PT, como o candidato a vice-prefeito na chapa, e o apoio da Federação Rede e Psol, e do PCO às candidaturas, assim como confirmado os 24 candidatos a vereadores pela Federação "Brasil da Esperança".

As convenções foram coordenadas pelos presidentes da "Federação Brasil da Esperança", Osmir Bertazzoni; pelo presidente do PT, Mário Paixão; pelo presidente do PV, João Pauli; pelo presidente do PC do B, Vilson Dorneles, e também contou com a participações das vereadoras Rai de Almeida (PT) e Silvia Morales (PV), do mandato coletivo "A Cidade é sua". Os 24 pré-candidatos a vereadores da Federação "Brasil da Esperança" também participaram da convenção, que foi acompanhada pela coordenadora da macrocampinas do PT, Cristina Oliveira, e por lideranças e pré-candidatos a vereadores pela Federação Rede e Psol, e do PCO.

Tendo seu nome confirmado como candidata a prefeita, Bebel diz que sabe dos desafios que terá que enfrentar, mas que para isso ouvirá a população e trabalhará para todos os piracicabanos e piracicabanas, pelo direito a uma cidade justa, que inclua a todos e que se faça mais justiça social. Agradeceu a direção do Centro Comunitário do Jardim Esplanada por ceder o espaço para a realização da convenção partidária, destacando a importância dos movimentos populares, que no seu governo serão fortalecidos.

A pré-candidata destacou as qualidades de cada componente da mesa que conduziu as convenções, afirmando que será a força e a mobilização de cada um que garantirá a eleição da primeira mulher prefeita de Piracicaba, que estará completando 257 anos no próximo dia primeiro de agosto. Bebel abordou ainda os desafios que terá pela frente, "de tornar visíveis muitos piracicabanos que hoje são invisíveis na periferia da cidade, fruto de sucessivas gestões que não tem cuidado devidamente da cidade. Essas pessoas também precisam passar a ser visíveis pelo poder público, assim como inúmeros bairros que estão abandonados", ressaltou.

Bebel também defendeu um grande pacto político, envolvendo todos os setores da sociedade, em defesa do Rio Piracicaba, que representa a vida e que é a principal identidade da cidade, e na defesa do meio ambiente, que é a garantia da vida. "A mortandade de peixes não pode ser naturalizada. Nós temos que fazer da mortandade, por óbvio, a luta para ter uma solução efetiva pela recuperação do Rio Piracicaba, fonte de água e de vida", destacou, ressaltando a necessidade de combater a perda d`água e maior investimento em saneamento, para garantir água a todas os bairros da cidade, assim como assegurar o efetivo tratamento de esgoto, que ainda corre a céu aberto em diversas partes da cidade, sendo uma questão de saúde pública.

A pré-candidata também ressaltou as qualidades do seu vice, o Dr. Perci. "Ele é um médico que transitou por toda área pública e transita por todos os segmentos da sociedade e das periferias e muito poderá contribuir com a nossa gestão, que atuará sempre com política de estado, duradoura, visando melhorar a qualidade dos serviços públicos ofertados à população, tanto no atendimento imediato, com avanços na gestão das UPAS, assim como criando mais unidades de saúde da família e fazendo articulação com o SUS para poder ter o pleno atendimento, além de resgatar o Hospital Ilumina, que é público, é construído com dinheiro público ali".

A regularização fundiária, o fortalecimento dos comércios de bairros, assim como assegurar mais habitações populares, através do programa federal "Minha Casa Minha Vida", também fazem parte dos seus compromissos. Bebel falou ainda do seu compromisso de garantir mais vagas em creches em período integral e fazer articulação pela instalação de uma universidade federal em Piracicaba, além de fortalecer os serviços públicos e valorizar os os servidores municipais.

Foto: Divulgação

Bebel, ao lado do médico Dr. Perci, seu vice, na convenção que aprovou os seus nomes para disputarem as eleições municipais deste ano

Convenção da Frente Brasil da Esperança que aprovou os nomes de Bebel, candidata a prefeita, e do médico Dr. Perci, como vice

Na convenção foram aprovados os nomes dos candidatos majoritários e da chapa de candidatos a vereador da Federação Brasil da Esperança

A convenção da Federação Brasil da Esperança foi realizada no Centro Comunitário do Jardim Esplanada, reunindo lideranças partidárias de diversas associações de bairros

Ex-presidente Bolsonaro e Governador Tarcísio têm Alex Madureira como candidato a prefeito em Piracicaba

Mais de 1 mil pessoas prestigiaram a convenção, que teve o apoio declarado do governador Tarcísio à candidatura

Foto: Divulgação

O evento aconteceu no Espaço Beira-Rio e teve a presença do presidente da Assembleia Legislativa, André do Prado, também do PL. Dezenas de Deputados, do PL e do Republicanos

O PL confirmou o nome do deputado estadual Alex Madureira como o candidato a prefeito do partido para a eleição deste ano. Para compor a chapa foi escolhido o administrador Erick Gomes como vice-prefeito, do Republicanos, além da chapa de vereadores da coligação, que ainda tem o PRTB e PMB.

"Tenho orgulho da minha cidade e de toda a nossa história, mas dessa cidade abandonada onde as pessoas são deixadas de lado e os serviços públicos abandonados, disso não tenho orgulho. Piracicaba cresceu 60 mil pessoas na última década e os serviços públicos não acompanharam isso, pelo contrário. A falta de desenvolvimento não vem só de agora, mas muito tempo. Há queda no número de médicos nos postos de saúde, professores sem plano de carreira, falta de sistema integrado de segurança, e tantos outras falhas que me deixam indignado, mas me dão a coragem pra trabalhar pelo bem de Piracicaba", disse Alex.

Um dos pontos principais da convenção foi um vídeo do governador Tarcísio de Freitas, que declarou seu apoio para a chapa encabeçada por Alex Madureira. Jair Bolsonaro, ex-presidente da República, esteve em Piracicaba em março no Clube Atlético Piracicabano, no lançamento de pré-campanha de Madureira a prefeitura.

"O Alex está preparado para essa missão. Piracicaba é uma cidade importante e ele pode contar com o governo do Estado porque estarei junto para ajudar o Alex e levar política pública de qualidade para o nosso povo", afirmou o governador Tarcísio.

O evento aconteceu no Espaço Beira-Rio e teve a presença do presidente da Assembleia Legislativa, André do Prado, também do PL. Dezenas de Deputados, do PL e do Republicanos, a ex-primeira dama Michele Bolsonaro, o senador Marcos Pontes e o presidente do PL, Valdemar Costa Neto, enviaram vídeos de apoio.

"Estou aqui para manifestar meu apoio a este homem que tenho grande carinho e respeito. O Alex está preparado, tem todo o apoio do nosso partido e conta com o apoio de prefeitos do PL que mudaram a História de cidades onde governamos. Ales está pronto para trazer o desenvolvimento que a cidade precisa", disse André do Prado.

Simespi inaugura Business Center

Serviços incluem coworking, oferta de domicílio fiscal e endereço comercial

Fotos: Igor Mello

Serviço está disponível também para empresas não associadas e profissionais em geral

O espaço de coworking conta com sete cabines

Sintonizado com as tendências e transformações do mercado corporativo e com as necessidades das empresas e dos profissionais de maneira geral, o Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras) inaugurou o Business Center na última quarta-feira (24). A partir de agora, a entidade patronal passa a oferecer pacotes de serviços que incluem locação de endereço comercial e domicílio fiscal, espaço de coworking, recebimento e administração de correspondência, recepção de clientes e fornecedores, uso de estação de trabalho e salas de reunião, envio de recados via e-mail, redirecionamento de chamadas para celular ou telefone fixo, recursos para conferência e teleconferência, estacionamento, entre outros.

Projetado pela arquiteta Marina Degan e executado pela Reame Engenharia, o espaço do Business Center transmite modernidade, praticidade e acolhimento. "São sete cabines para o coworking, recepção e sala de reuniões, além do estacionamento privativo disponível para os clientes, que podem ser ou não empresas associadas, além de profissionais de todas as áreas. São todos muito bem-vindos", explica Valéria Rueda Elias Spers, gerente executiva do Simespi.

Com valores a partir de R$ 16 por hora, o Business Center oferece pacotes diferenciados, em que, quanto maior o número de horas contratadas para utilização do espaço durante o mês, menor será o preço da hora. "O valor inclui uma utilização da sala de reuniões para quatro pessoas", explica a gerente. O horário de funcionamento é das 8h às 17h, e das 18h às 21h, de segunda a sexta-feira.

Outro serviço oferecido pelo Business Center é a locação de salas de treinamento e de reunião, com valores a partir de R$ 60. "Temos quatro opções: uma sala de reunião para quatro pessoas, outras de para seis pessoas, uma sala de treinamento com capacidade para 20 pessoas e outra para 35 pessoas. Lembrando que empresas associadas têm preços especiais", destaca Valéria.

Vantagens

Entusiasta desse modelo de serviço e um dos responsáveis pela sua implantação na entidade, o segundo vice-presidente do Simespi, André Simioni, explica que muitos profissionais prestadores de serviço como engenheiros, auditores, peritos, instrutores, entre outros, têm dificuldade para conseguir uma sede fiscal para abertura de suas empresas. "Muitos condomínios verticais e horizontais vedam essa prática. Para isso temos a solução no Simespi", comenta. Segundo ele, o Business Center pode contribuir com a redução de custos. "Além de contar com um local muito bem preparado e adequado para receber seus clientes ou fornecedores, ainda há a possibilidade de ser sede fiscal de empresas", reforça.

Empresas associadas ou não ao Simespi, bem como profissionais interessados podem obter mais informações sobre o Business Center pelo Whatsapp (19) 3417-8600 e pelo e-mail comercial@simespi.com.br

Diretora de SindBan recebe homenagem da Câmara Paulista

Entrega ocorreu nesta quarta-feira (24), no 33º Aniversário da Lei de Cotas

Foto: Divulgação

Letícia Peres Françoso foi homenageada na Câmara Paulista para Inclusão da Pessoa com Deficiência

"...Outro tema relevante é a contratação da Pessoa Com Deficiência, uma das cláusulas da campanha salarial e que tem sido acompanhada por nós para sabermos como as negociações estão ocorrendo..."

Nesta última quarta-feira (24), a Secretária de Assuntos das Pessoas com Deficiência do Sindicato dos Bancários de Piracicaba e Região (SindBan), Letícia Peres Françoso, recebeu homenagem da Câmara Paulista para Inclusão da Pessoa com Deficiência. A homenagem é uma celebração que remete ao 33º Aniversário da Lei de Cotas, a Lei nº 12.711/2012, sancionada em 29 de agosto de 2012.

As homenagens foram entregues para profissionais que se destacam em suas áreas de atuação e promovem políticas de inclusão na sociedade, por meio da Lei de Cotas e outros instrumentos de inclusão.

Letícia Peres Françoso, além de atuar no SindBan, faz parte de instituições que promovem a inclusão da Pessoa Com Deficiência (PCD) e se tornou uma referência no assunto. Formada em Administração de Empresas, é bancária e diretora do SindBan, atua como diretora suplente da Federação dos Bancários de São Paulo e Mato Grosso do Sul (FEEB SP/MS).

Atualmente é presidente do Conselho Estadual para Assuntos da Pessoa com Deficiência de São Paulo (CEAPCD-SP) e coordenadora da região sudeste no Fórum Brasileiro dos Conselhos Estaduais da Diretoria da Pessoa com Deficiência (FORBRACE), é conselheira do Conselho Municipal de Direitos das Pessoas com Deficiência de Piracicaba. Além disso, é diretora do Instituto Sindical de Piracicaba.

Letícia é casada, mãe de dois filhos e executa todas as tarefas domésticas com a ajuda do esposo dedicado. Após ser atropelada por um motorista alcoolizado e perder parte da perna esquerda, ela utiliza muletas para se locomover. No cotidiano está sempre bem-humorada e com uma coragem inabalável superou os preconceitos e segue exercendo sua profissão diariamente, trabalha diariamente exercendo a profissão que escolheu e busca tornar a sociedade melhor e mais inclusiva. Letícia Peres Françoso explica que, "receber uma homenagem, é claro que me deixa feliz, eu já tenho consciência da minha missão na sociedade há muitos anos e cumpro o meu dever como pessoa e como profissional para que todos os PCDs sejam incluídos e tenham oportunidades", comemora Françoso.

Campanha Nacional – A Campanha Nacional dos Bancários 2024, teve início em 26/6 e durante as negociações, o tema inclusão foi levado ao Comando Nacional para ser debatido, em função da importância da inclusão.

Para Letícia, é importante discutir os gargalos que ainda são um agravante no quesito acessibilidade dentro dos bancos, "tanto para quem trabalha, como para quem acessa as agências. Outro tema relevante é a contratação da Pessoa Com Deficiência, uma das cláusulas da campanha salarial e que tem sido acompanhada por nós para sabermos como as negociações estão ocorrendo e temos ampliados as pautas nas mesas de negociações, com temas que contemplam as especificidades da pessoa com deficiência, representados por nós nas instituições bancárias", resume a diretora do Sindban.

A vida cotidiana e a importância da segurança nos alimentos disponibilizados por aplicativos

José Antonio Fernandes Paiva

Nossa rotina estressante e sem tempo para tantas tarefas cotidianas, foi sendo facilitada com a criação de aplicativos e outras ferramentas que tornam o dia a dia menos desgastante. Um exemplo são as compras pela internet, o teletrabalho e, os aplicativos diversos que entregam tantos artigos em nossas casos ou trabalho, incluindo alimentos de todos os gêneros.

Mas, toda comodidade apresenta riscos, solicitar refeição por aplicativos em Piracicaba, por exemplo, já foi mais arriscado, mas o cenário desde a promulgação da lei nº 6.872, de 15 de setembro de 2010, está mais seguro, já que ela trata da obrigatoriedade de instalação de selo de garantia ou lacre destrutível nas embalagens de alimentos para pronta entrega na cidade.

As pizzarias, restaurantes e demais empresas que fazem entrega de alimentos para o consumo imediato, são obrigadas a usarem selo de garantia ou lacre destrutível nas embalagens dos produtos comercializados.

O selo e o lacre devem ser aqueles que não podem ser removidos ou violados e devem conter a seguinte informação, 'se o lacre estiver violado, o produto deverá ser devolvido'. Os infratores serão multados em R$ 500, que dobra em caso de reincidência, acrescidos dos devidos reajustes.

Minha intenção ao criar esta lei foi garantir a segurança, a qualidade e a higiene dos alimentos, quesitos fundamentais para preservar a saúde – afinal, é essencial que os alimentos cheguem em nossos lares bem embalados e com os lacres preservados. E, temos que considerar que as compras de alimentos por aplicativos movimentam um filão da economia e gera empregos diretos e indiretos.

Um estudo feito pela Hubster, empresa que unifica e gerencia aplicativos de entrega em uma única plataforma, aponta que os pedidos por delivery cresceram em torno de 160% nos últimos dois anos. São cerca de 75 milhões de pedidos por mês, daí a importância de estar atento à competitividade no mercado: qualidade, sabor e preços atrativos podem fazer a diferença diante da concorrência.

Outro levantamento sobre as preferências foi realizado por uma das maiores empresas de entrega de refeições por aplicativos. Segundo dados da empresa, os alimentos e bebidas mais vendidos no Brasil foram: hambúrguer, refrigerantes, sanduíches wraps, pratos com carne, pratos com frango, marmitas, açaí, pizza, massa e sobremesa. E, entre os doces mais pedidos pelo aplicativo, estão os bolos e tortas, sorvetes, milk-shakes, açaís e mousses.

Também houve crescimento, segundo o aplicativo, nos pedidos por alimentação saudável e pela comida japonesa. O tradicional prato feito, incluindo a marmita, também ficou entre os que foram bastante vendidos.

Os dados são claros, não há como deixar de utilizar as ferramentas que a vida moderna nos oferece, mas precisamos ter instrumentos legais que permitam a seriedade na oferta de todos os serviços, incluindo aqueles que utilizamos para nós, nossa família e que garantem o bem-estar de todos, sobretudo, alimentos em suas diferentes versões, para usufruirmos dos alimentos com segurança e higiene e de acordo com os critérios de saúde e bem-estar em itens alimentícios.

INSCRIÇÕES ABERTAS

2ª Caminhada Movimento do Bem celebra atuação voluntária com atividade física e arrecadação de alimentos

“Participar desta caminhada é gratificante para nós, enquanto município. Estamos muito felizes em receber as arrecadações para o Fundo Social e toda doação é sempre bem-vinda, com certeza. Nos ajuda demais no trabalho com as famílias em vulnerabilidade social. Que seja mais um evento incrível!”

Foto: Divulgação

Como foco em celebrar o mês do voluntariado com atividade física e uma ação social em meio a um dos cartões postais de Piracicaba, o entorno do Engenho Central, a 2ª Caminhada Movimento do Bem ocorre no domingo, dia 11 de agosto, a partir das 7 horas. As inscrições são gratuitas e já estão abertas nos links disponíveis na bio da Acipi (@acipipiracicaba) e Simespi (@simespi).

O Movimento do Bem é uma iniciativa da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba), por meio do CME (Conselho da Mulher Empresária); Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras), por meio do Comespi (Conselho da Mulher Executiva); e Prefeitura de Piracicaba (Fundo Social de Solidariedade e secretarias municipais).

A doação de alimentos para retirada da camiseta da 2ª Caminhada Movimento do Bem será no dia 9 de agosto, das 10 às 16 horas, nas sedes da Acipi (Rua Prudente de Moraes, 463) e Simespi (Rua Samuel Neves, 1601). As 800 primeiras pessoas que levarem dois quilos de alimentos não perecíveis aos locais de doação receberão uma camiseta alusiva ao evento e terão direito a participação nos sorteios. Importante: as pulseiras numeradas entregues na retirada da camiseta deverão ser usadas na caminhada para garantir a participação nos sorteios.

As entidades organizadoras reforçam que os alimentos poderão ser entregues também no dia do evento (11/8), no Engenho Central (na concentração da caminhada-pátio pequeno). Neste caso, os participantes receberão pulseiras numeradas para concorrer aos sorteios. Não serão entregues camisetas.

Entre as atrações da 2ª Caminhada Movimento do Bem já estão confirmadas as participações da Capivara Mona, Mississippi Jazz Band (atrações), grupo Xou das Corredoras e Pernas Caipiras.

O Dia Nacional do Voluntariado é celebrado em 28 de agosto, por isso a ideia da realização do evento neste mês. “A primeira edição foi um sucesso. Ficamos muito felizes em realizar a caminhada, com tantos parceiros e em prol do Fundo Social. Será um momento também de descontração e encontros”, afirma a coordenadora do CME, Silvanete Neves.

Para a coordenadora do Comespi, Elisângela Libardi, as expectativas para a segunda edição são muito positivas. “Será mais uma caminhada marcante, com certeza. Esperamos o máximo de participações para passar, juntos, uma manhã divertida, e exercitar não só a saúde, mas a nossa solidariedade. Ao final do evento haverá sorteio de prêmios também, então aguardamos todos no dia 11 de agosto, no Engenho”, convida.

“Participar desta caminhada é gratificante para nós, enquanto município. Estamos muito felizes em receber as arrecadações para o Fundo Social e toda doação é sempre bem-vinda, com certeza. Nos ajuda demais no trabalho com as famílias em vulnerabilidade social. Que seja mais um evento incrível!”, comenta a presidente do Fundo Social, Andrea Almeida.

Na edição de 2023, cerca de 1,5 mil quilos de alimentos foram arrecadados na concentração do evento. Os organizadores destacam que voluntário é a pessoa que se interessa e dispõe parte do seu tempo para executar algum trabalho de bem-estar para a sociedade ou mesmo em outro campo, abdicando de qualquer tipo de remuneração. Trabalho esse que pode ser manifestado em diversas formas, sendo ele organizado por uma ONG, projeto social, igreja entre outros. O voluntário doa energia e criatividade, oportunidade de aprender coisas novas, satisfação de sentir-se útil

Doa seu tempo, trabalho e talento, de maneira espontânea e não remunerada, para causas de interesse social e comunitário.

Serviço:

2ª Caminhada Movimento do Bem

Data: 11 de agosto (domingo)

Horário: 7h (concentração)

Local: Parque Engenho Central

Endereço: Av. Maurice Allain, 454 - Vila Rezende

Inscrições gratuitas:

Realização:

- CME (Conselho da Mulher Empresária) da Acipi (Associação Comercial e Industrial de Piracicaba)

- Comespi (Conselho da Mulher Executiva) do Simespi (Sindicato das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas, de Material Elétrico, Eletrônico, Siderúrgicas e Fundições de Piracicaba, Saltinho e Rio das Pedras)

- Prefeitura de Piracicaba- secretarias: Semac (Secretaria Municipal de Ação Cultural e Turismo), Selam (Secretaria Municipal de Lazer e Atividades Motoras), Secretaria de Governo, Fundo Social de Solidariedade (plataforma Pira Solidária).

Patrocínio Ouro: Amplitec, Coplacana, Elring e Sindicato dos Trabalhadores Metalúrgicos

Patrocínio Prata: Apparence, Bom Peixe, Cigana, CRHP (Centro de Reprodução Humana de Piracicaba), Drogal, Fermentec, Frias Neto, Fundiart, Honda Aversa, Lorenço Alimentos, Pecege, UCAF, Unimed, Uniodonto e Veman.

Top Of Mind 2024: Frias Neto destaca exclusividade e é a imobiliária mais lembrada pelo 12º ano consecutivo

Agentes de desenvolvimento do mercado imobiliário, a empresa é a favorita dos piracicabanos

"Nos últimos anos pudemos ver como nosso propósito, aliado à nossa cultura de exclusividade e excelência se tornou o grande diferencial em um mercado tão competitivo quanto o imobiliário. Focamos não apenas no cliente, mas em sua experiência..."

Fotos: Divulgação

Frias Neto Consultoria de Imóveis se destaca novamente entre as empresas de Piracicaba como a imobiliária mais lembrada pelo 12º ano consecutivo

À frente do seu tempo e unindo o conceito de exclusividade às mais diversas inovações, a Frias Neto Consultoria de Imóveis se destaca novamente entre as empresas de Piracicaba como a imobiliária mais lembrada pelo 12º ano consecutivo, de acordo com a pesquisa realizada pela Gazeta de Piracicaba e o Instituto CW7 de Pesquisas.

Agentes de desenvolvimento do mercado imobiliário piracicabano, a imobiliária se alinha às tendências trazendo um crescimento exponencial em sua trajetória. No ano em que celebra 35 anos, aposta em projetos inovadores, sempre contando com iniciativas socioambientais e governamentais para construir sua carreira.

Para o diretor presidente, Angelo Frias Neto, o prêmio mostra que a empresa está no caminho certo e que colocar o cliente em primeiro lugar é o que a faz ser reconhecida por tantos anos: "Nos últimos anos pudemos ver como nosso propósito, aliado à nossa cultura de exclusividade e excelência se tornou o grande diferencial em um mercado tão competitivo quanto o imobiliário. Focamos não apenas no cliente, mas em sua experiência, pensamos em parcerias estratégicas com organizações e órgãos públicos, além de trazer inovações para que Piracicaba continue se desenvolvendo. Trabalhamos com responsabilidade, transparência e somos ávidos em proporcionar excelência em tudo que fazemos", afirma o eleito "Lenda do Mercado Imobiliário", em 2023, pelo Cupola Summit.

35 Anos de Desenvolvimento

Hoje, a Frias Neto acumula recordes que são reflexos diretos de sua proposta como empresa e ação de desenvolvimento em Piracicaba. Com 35 anos de sucesso, hoje a imobiliária comercializa 1.1 imóveis por hora, soma mais de 1.7 milhões de acessos anuais em seu site e possui mais de R$ 5 bilhões em ativos imobiliários sob sua gestão.

Apostando no lema "imóvel é moeda forte", a imobiliária atua com exclusividade também comercializando imóveis comerciais, industriais ou logísticos com uma equipe destacada para isso, o Frias Neto For Business, tendo como parceiros e clientes empresas como: Shopee ,Drogal, Itaú, Porto Seguro, Pão de Açúcar, Hyundai, Objetivo, Portobello, Bluefit, entre muitas outras.

Crescimento socioambiental responsável e com governança corporativa

Entre as medidas sustentáveis adotadas pela Frias Neto estão a captação de água da chuva, desde 2008, que é usada para irrigar os jardins e no uso dos vasos sanitários, além da substituição dos contratos e documentos físicos pelos digitais para evitar o desmatamento e consumo de papel, desde 2018, a empresa também reverteu metas batidas em plantio de árvores. Além da fachada, que contempla um jardim vertical.

De pessoas para pessoas, os 35 anos estão sendo celebrados através de uma série de eventos como palestras ligadas ao esporte, mundo dos negócios, família e cuidados, sempre com o lema "mais exclusiva para você".

Vida e obra de Elias dos Bonecos, agora em livro.

Adolpho Queiroz

Elias Rocha nasceu em 3 de agosto de 1931, se estivesse vivo no sábado deste ano, dia 3 de agosto, completaria 93 anos. Mas a data não vai passar em branco. Um livro em sua homenagem, escrito pelo Dr. Nordahl Christian Neptune, será lançado às 15 horas, na Casa do Povoador, também como forma de homenageá-lo.

Elias nasceu na Chácara Morato, nas proximidades das barrancas do Rio Piracicaba, sempre presente e inspirador de sua obra. Formado na Escola Senai, foi trabalhar em empresas metalúrgicas, sem deixar de outro hábito incomum, construir barcos. Foram mais de 3.000 em sua vida. Foi demitido da empresa metalúrgica por participar de uma greve. Depois disso, passou a ser carroceiro e coletor de materiais inservíveis que encontrava pelas ruas da cidade como papelão, latas, garrafas, que vendia em locais apropriados até seus últimos dias.

Mais do que contar as origens do projeto dos bonecos que povoaram a rua do Porto e o imaginário popular, o livro contará as origens do projeto, feitos com latas, restos de madeiras, roupas velhas e enchimentos de palha ou capim seco. A primeira ação ocorreu num dos bares famosos da época, o Bar do Araken Martins e noutro, mais adiante, do Mané, frequentado pela elite cultural e boêmia da cidade naqueles dias.

Os bonecos surgiram quando Elias, convidado para fazer um "Judas" na Semana Santa, foi escorraçado por uma vizinha, cujo filho tinha se assustado com a feiura dos mesmos. Mas Elias, paciente e sereno, teve nos amigos dos bares dos amigos, a força necessária para ouvir que aquilo era lindo e poderia transformar a imagem do nosso rio. E sacudir a imaginação da cidade. E passou a produzir com intensidade e a distribuir seus bonecos pela orla do rio," do lado de lá da Casa do Povoador, nos barrancos do Engenho Central

Quadro de Elias em sua residência feito pelo artista Araken Martins

Elias Rocha e um dos seus bonecos

Mas ele não contava que seus bonecos, antes "feios" se transformassem em objeto de desejo de muita gente. Em especial dos agricolões, que na calada das noites, retiravam seus pescadores da margem do rio e os levavam escondidos para as repúblicas onde moravam, e os faziam de verdadeiros troféus.

Os bonecos eram reinventados nas datas típicas da cidade, como a Festa do Divino (da qual Elias foi festeiro com sua nora), a páscoa, o natal, as folias de reis, o carnaval, entre outras. E vez ou outra apareciam envergando a camiseta histórica do nosso Quinzão.

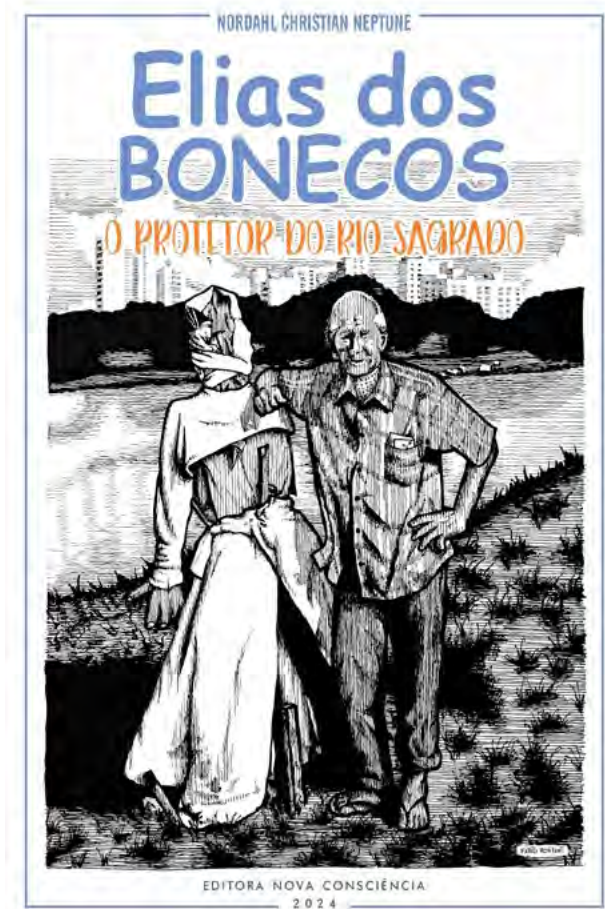
Sobre o livro

Neptune nos propõe, na abertura do novo livro, um conceito de Michel de Certeau, no em "A invenção do cotidiano, artes do fazer", no qual o autor propõe " (...) ao homem ordinário, herói comum, personagem disseminada, caminhante inumerável, que mesmo não sendo ninguém neste teatro humanista, ainda ri... E nisto ele é sábio e louco ao mesmo tempo, lúcido e ridículo, no destino que se impõe a todos e reduz a nada a isenção que cada um almeja...Esse herói anônimo vem de muito longe. É o murmúrio das sociedades. Pouco a pouco ocupa o centro de nossas cenas científicas. Socialização e antropologização da pesquisa privilegiam o anônimo e o cotidiano onde zooms destacam detalhes metonímicos - partes tomadas pelo todo".

E nos esclarece que "o propósito desta dissertação de mestrado, que alia, ao mesmo tempo, o estudo de uma expressão excepcional da cultura popular brasileira e os modos comunicacionais de procurar evocá-la na sua polivalência constitutiva, é estudar a trajetória de vida de Elias Rocha, então com 71 anos, mais conhecido como "Elias dos Bonecos", cuja arte singular é confeccionar bonecos, em tamanho natural, feitos a partir de sucata e de roupas doadas por parte da população, e inseri-los nas margens do rio que deu nome e origem à cidade de Piracicaba, SP. Buscamos também entender a influência do cotidiano no desenvolvimento de sua arte, bem como destacar as várias etapas que envolvem sua produção artística, a função e destino de seus bonecos, as múltiplas visões contemplativas, interpretativas e representativas dessa arte popular, sob o ponto de vista ecológico, lúdico e imaginário, no contexto sociocultural da contemporaneidade.

Sua pesquisa parte de um tema caro a todos nós, "Um Rio, uma Cidade e um Artista", depois envereda pelas origens e discussão sobre outro tema marcante para todos nós, a música: Rio de Lágrimas; discorre sobre nossa mais famosa e antiga festa, a do divino, apresenta com todas as cores e alegrias, nossa rua do Porto. Há na sequencia um poema e uma música composta pelo autor e pelo músico Marinho Castelar.

Depois disso, no capitulo intitulado A Arte de Elias dos Bonecos, discorreu sobre as origens de um projeto que, nasceu como uma brincadeira, falando do seu processo criativo, procedimento, componentes técnicos de fabricação. E prossegue discutindo as ações da filosofia de um homem simples, em suas dimensões ecológica, lúdica e imaginária.

No capítulo sobre a A Arte de Elias dos Bonecos, analisa a gênese dos bonecos, as técnicas através das quais são construídos o processo criativo do artista e o destino plural dado aos bonecos. Reconhecer o trabalho do artista, os motivos que o levam a exercer sua arte e como ela é percebida, pode ser a chave para entender porque, afinal, os bonecos tornaram-se elementos lúdicos importantes de uma cultura, símbolo de luta e resistência para uma sociedade que se organiza em prol da preservação e despoluição do seu maior patrimônio: o rio.

A capa do livro, de autoria de Nordahl Neptune e desenho em nanquim de Fábio Rontani.

Mais adiante discute que "foi diante dessa conjuntura que Elias dos Bonecos buscou, através da arte, demonstrar toda sua preocupação com o rio e o meio ambiente e, ao mesmo tempo criar com seus bonecos uma atmosfera paisagística mais alegre, convidativa e nostálgica, lembrando o tempo em que os pescadores e suas famílias tiravam o sustento das águas límpidas e cristalinas do rio. Depois discute O Processo Criativo, Procedimentos, e os Componentes e Técnicas de Fabricação -, a partir do trabalho de campo de pesquisa, realizado através do acompanhamento do cotidiano de vida do artista, de registros orais, textuais, bibliográficos e audiovisuais, como a fotografia e o vídeo, foram analisadas, em detalhes, as diversas fases que compõem o saber artístico popular e a etnologia do objeto-boneco.

Quem se dispuser a dar uma passadinha na Casa do Povoador, vai encontrar um resto de memória do velho bonequeiro, numa sala especial que existe por lá para homenageá-lo. Ele faleceu, depois de longa doença, em 1º de abril de 2008, conhecido como o "Dia da Mentira", mas sua memória continua presente em nossa cidade.

Convite para o lançamento do livro.

“O Pai Tá Cada Vez Mais On”, com Mauricio Ribeiro

Os atores da Cia Teatral Kadimah farão a abertura do próximo show de Mauricio Ribeiro, “O Pai Tá Cada Vez Mais On”, no Teatro do Engenho. Será na quinta, dia 29 de agosto, com bilheteria solidária: 2 kg de alimentos não perecíveis em prol do FUSSP. O jovem elenco sobe ao palco pela primeira vez; e os ingressos já estão disponíveis na Confraria Animal e na Núbia Modas. Mais informações no Instagram @primorimpensa

Fotos: Divulgação

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE
www.folhadepiracicaba.com.br ■ Piracicaba, 28 de julho de 2024

Pela primeira vez pensamento criativo é medido em sala de aula

Habilidades também podem ser desbloqueadas com a ajuda de professores

> *"...Para nós, do De Criança pra Criança, trata-se de um ponto extremamente rico porque utilizamos o processo criativo para criar histórias com roteiro, desenhos de locução e narração em sala de aula.."*

Você já se perguntou se seria possível medir as capacidades e habilidades criativas dos estudantes em sala de aula? Foi com esse propósito que a Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), por meio do Programa Internacional de Avaliação de Estudantes (Pisa 2022), conseguiu medir, pela primeira vez, as habilidades de pensamento criativo de quase 700 mil estudantes de 15 anos, em 64 países.

Os resultados obtidos com a aplicação de uma prova internacional de conhecimento, foram apresentados em conferência realizada no último dia 18 de junho, organizada pela OCDE e o Prêmio Yidan. Dessa vez, além de medir conhecimentos de alunos de escolas públicas e particulares em matemática, ciências e leitura, o programa incluiu a criatividade como objeto mensurável.

Estudantes dos países da OCDE obtiveram 33 pontos de um máximo de 60, sendo que 12 países (Singapura, Coreia, Canadá, Austrália, Nova Zelândia, Estônia, Finlândia, Dinamarca, Letônia, Bélgica, Polônia e Portugal) destacaram-se em termos criativos. Estudantes de Singapura alcançaram a maior pontuação média: 41 pontos em relação aos demais.

Para o especialista em educação Gilberto Barroso, cofundador e CEO da metodologia educacional De criança Para Criança (DCPC) - presente em 95 escolas brasileiras -, a criatividade é um componente extremamente importante no aprendizado, pois vai além do que é a retenção do conhecimento na sala de aula.

"Ela ajuda o indivíduo a caminhar em um mundo cada vez mais complexo. Sem a criatividade você engessa o indivíduo. Para nós, do De Criança pra Criança, trata-se de um ponto extremamente rico porque utilizamos o processo criativo para criar histórias com roteiro, desenhos de locução e narração em sala de aula. Sem a criatividade, esse processo não poderia existir", argumenta.

Gilberto ressalta que ao olhar para a educação no mundo inteiro, a pesquisa da OCDE aponta as fragilidades e o que necessita ser melhorado nos sistemas educacionais.

"Durante a sua apresentação, Andreas Schleicher, diretor de Educação da OCDE e principal idealizador do programa, destacou algumas conclusões relacionadas à criatividade. "Vale Conferir!", sugere Gilberto Barroso..

- Os sistemas educacionais fortes se destacam na criatividade, mas alguns dos melhores desempenhos em matemática experimentam quedas significativas no desempenho criativo;
- A criatividade diminui à medida que os alunos envelhecem, com os alunos de 10 anos mostrando mais criatividade do que seus colegas de 15 anos. Isso ocorre porque crianças nascem com muita criatividade, sempre dispostas a aprender, desaprender e reaprender.
- Além disso, nos países da OCDE, as meninas superam os meninos em pensamento criativo e possuem crenças mais positivas sobre criatividade, pontuando quase três pontos a mais que os meninos.
- A excelência acadêmica não é um pré-requisito para o pensamento criativo. Nesse sentido, o setor educacional finlandês vê a criatividade por meio do indivíduo, do processo, do produto e do ambiente, oferecendo uma estrutura abrangente para entender sua presença na educação.

O relatório também aponta que habilidades criativas podem ser desenvolvidas em sala de aula. Professores podem desbloquear a criatividade dos alunos e incentivá-los a explorar, gerar e refletir sobre ideias. Nesse sentido, as pedagogias aplicadas em sala de aula podem fazer a diferença. Nos países da OCDE, entre 60-70% dos estudantes relataram que seus professores valorizam sua criatividade e que os incentivam a apresentar respostas originais.

Foto: Divulgação

Gilberto-Barroso, responsável pelo projeto Criando Juntos do de Criança Para Criança

Mas qual a metodologia utilizada para medir a criatividade?

Criatividade e inovação são conceitos intimamente relacionados. Isso porque, segundo o relatório Pisa 2022, a criatividade tem impulsionado inovações na humanidade e na cultura por milênios. O pensamento criativo também ajuda jovens a adaptarem-se mais rapidamente às mudanças, tornando-se profissionais mais inovadores e flexíveis.

Os pesquisadores propuseram ainda domínios que podem ser mensurado em eixos como: a expressão escrita, que envolve a comunicação de ideias e imaginação por meio da linguagem escrita; a expressão visual, comunicação de ideias e imaginação através de recursos visuais; a resolução de problemas sociais, que consiste em compreender diferentes perspectivas, atender às necessidades de outros e encontrar soluções inovadoras e funcionais para as partes envolvidas; e a resolução de problemas científicos, como a capacidade de gerar novas ideias, projetar experimentos para sondar hipóteses, e desenvolvimento de novos métodos ou invenções para resolver problemas.

"Já avaliar e melhorar ideias refere-se à capacidade de o aluno avaliar limitações nas ideias e melhorar sua originalidade", completa Giberto.

Foto: Banco de Imagens

Seguro desemprego dos EUA: Inflação reflete na economia

"A perspectiva de juros mais baixos nos EUA pode resultar em uma valorização do real frente ao dólar, pois os investidores buscam retornos mais altos em mercados emergentes, como o Brasil.

Os pedidos de seguro desemprego aumentaram nos EUA

"Os pedidos por auxílio desemprego vieram acima do que o mercado esperava, o número mais alto desde novembro de 2021. Isso sinaliza que o mercado de trabalho pode não estar consistente como se esperava a pouco tempo atrás, trazendo a tona a possibilidade de uma atitude do banco central Norte Americano sob o olhar da política monetária por lá. Contudo, o mercado não olha para essa divulgação de forma isolada e tende a aguardar os próximos desdobramentos em relação aos dados de empregos pra selar uma necessidade de reação mais incisiva quanto a taxa de juros Norte Americana. No Brasil, essa divulgação (de forma isolada) ainda não tem tanto impacto, e os investidores seguem atentos a sinais mais conclusivos de como anda o emprego e inflação por lá para que daí em diante, estimem os impactos relacionados a condução de politica monetária por lá e como isso tende a afetar os negócios por aqui.", **Sidney Lima, Analista CNPI da Ouro Preto Investimentos**

"Os Pedidos Iniciais por Seguro-Desemprego nos EUA reportados hoje foram de 243.000, um aumento em relação aos 222.000 da semana anterior. O aumento dos pedidos indica uma possível desaceleração no mercado de trabalho, sugerindo que mais pessoas estão perdendo seus empregos. O Fed pode interpretar esse aumento como um sinal de fraqueza econômica e considerar cortes nas taxas de juros para estimular a economia dos EUA. Se o Fed optar por cortar as taxas de juros, investidores podem buscar mercados emergentes, como o Brasil, em busca de rendimentos mais altos, aumentando os fluxos de capital para o país, inclusive no setor do mercado imobiliário. Com tudo isso uma política monetária mais frouxa nos EUA pode enfraquecer o dólar, potencialmente fortalecendo o real brasileiro, além disso a volatilidade nos mercados financeiros dos EUA pode se refletir no Ibovespa, levando a possíveis flutuações no índice.", **Graziela Ariosi, estrategista-chefe da Swiss Capital Invest.**

"Divulgado nesta quinta-feira, o número de pedidos de seguro desemprego subiu para 243 mil. O crescimento superou as expectativas do mercado, que projetavam o número ao redor de 230 mil. Ao mesmo tempo, os pedidos contínuos se situam em 1,87 milhão, também acima do consenso de 1,85 milhão da última semana. O resultado do indicador, mesmo que secundário, corrobora para uma visão de desaceleração do mercado de trabalho. Tendo visto no começo do mês o desemprego saltar 0,1%, e os dados referentes a folha de pagamento privada revelando retração do ritmo de contratações, os resultados vão gerando confiança para o Banco Central americano, que se mostra muito atento ao maior dinamismo do mercado de trabalho em suas últimas atas.", **José Alfaix, Economista Da Rio Bravo.**

"Saíram os dados de pedido de seguro desemprego nos Estados Unidos e eles surpreenderam, vieram mais fortes. A expectativa era 229, veio 243 e o anterior que era 222 foi revisado para 223, mostrando que está aumentando o desemprego nos Estados Unidos, o que só corrobora com o atual cenário de desaceleração da inflação e do emprego, e isso vai dando mais força ainda para corte de juros já em setembro no Banco Central americano lá nos Estados Unidos. Em compensação saiu a decisão de política monetária do Banco Central europeu e veio como era esperado, houve manutenção, não cortaram os juros e provavelmente a Europa também vai cortar juros em setembro junto com o Fed. Mas em todo caso esses dados de pedido de iniciais de seguro desemprego são positivos, tanto é que os mercados lá fora como a NASDASQ e S&P500B tem ganhado força, justamente porque é mais um fator que mostra que a economia está desacelerando e que está sentindo a atual taxa de juros; e esse é um cenário que fica cada vez mais factível para o corte de juros agora em setembro.", **Jefferson Laatus, chefe-estrategista do grupo Laatus**

"Os dados do seguro desemprego no EUA vieram acima do esperado mostrando que a economia dos EUA realmente vem enfraquecendo, e isso está muito em parcimônia com os últimos dados que vem saindo que mostram uma economia mais fraca, reagindo a taxa de juros de referência lá alta, vindo muito em consenso em relação aos últimos depoimentos dos dirigentes do FED. Porém o que me chama atenção nestes dados mais recentes é como houve uma virada nos últimos dois meses, pois primeiro a gente vinha com dados que não davam conforto ao FED em começar a diminuir a taxa de juros, e de um momento para o outro todos os dados começaram a enfraquecer e os próprios dirigentes do FED vem colocando que se esperar para chegar no centro da meta da inflação de 2% pode ser tarde demais para iniciar o movimento de corte de juros. Com isso me parece que o banco central americano tem que reagir rápido e com certeza já deve ocorrer o primeiro corte em setembro. Já em relação à economia brasileira, tudo isso acaba dando fôlego para o BC poder pensar em reduzir os juros aqui ao final do ano, e essa movimentação também impacta em relação ao índice Ibovespa, principalmente para o investidor nas ações das empresas que tem uma maior alavancagem e que sofrem mais com uma taxa de juros alta, que acabam ganhando fôlego nesse momento, e isso faz com que o impacto no Brasil seja muito positivo em todos os cenários.", **Volnei Eyng, CEO da gestora Multiplike**

"Sinaliza uma leve pressão no mercado de trabalho americano. Este incremento, embora modesto, é um indicativo de que nem todos os setores da economia dos EUA estão se expandindo uniformemente. Para o Brasil, esse dado tem implicações mistas. Primeiramente, qualquer sinal de desaceleração no emprego dos EUA pode levar a uma postura mais cautelosa do Federal Reserve em relação aos juros, o que potencialmente enfraqueceria o dólar. Um dólar mais fraco poderia beneficiar o real brasileiro, tornando as exportações brasileiras mais competitivas. No entanto, se interpretado como um sinal de desaceleração econômica mais ampla nos EUA, isso poderia reduzir o apetite por risco globalmente, impactando negativamente os fluxos de capital para mercados emergentes, inclusive o Brasil. Portanto, enquanto monitoramos os efeitos diretos nos EUA, é crucial estar atento às possíveis oscilações que podem afetar a economia e os mercados financeiros brasileiros.", **André Colares, CEO da Smart House Investments**

"Os dados que saíram têm um impacto significativo na economia brasileira, dado o papel central dos Estados Unidos na economia global. Quando os pedidos de seguro desemprego aumentam além das expectativas, como aconteceu recentemente com 243 mil pedidos, isso pode sinalizar um enfraquecimento do mercado de trabalho norte-americano. Um mercado de trabalho mais fraco tende a reduzir o consumo e o investimento nos EUA, o que pode levar a uma desaceleração econômica. Essa desaceleração pode impactar negativamente as exportações brasileiras para os EUA, especialmente em setores como commodities e manufaturados, uma vez que a demanda por esses produtos pode diminuir. Além disso, os dados de seguro-desemprego também influenciam as expectativas sobre a política monetária do Federal Reserve (Fed). Um aumento nos pedidos pode levar o Fed a considerar cortes nas taxas de juros para estimular a economia. A perspectiva de juros mais baixos nos EUA pode resultar em uma valorização do real frente ao dólar, pois os investidores buscam retornos mais altos em mercados emergentes, como o Brasil. No entanto, essa valorização cambial pode tornar as exportações brasileiras menos competitivas, afetando negativamente a balança comercial.", **Fábio Murad, sócio da Ipê Avaliações.**

SR. DIRCEU APARECIDO PIRES, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 64 anos de idade e era casado com a Sra. Maria de Lurdes Paes Pires. Era filho do Sr. Anizio Pires e da Sra. Theresinha Angelina Clazer Pires, falecidos. Deixa a filha: Maria Marta Pires. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. GILMAR DA SILVA, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 53 anos de idade e era filho da Sra. Maria da Silva, falecida. Deixa os filhos: Whitheney Katheleen da Silva Ribeiro casada com Davi Daniel, Jhonathans Collins casado com Gislaine Neves, David Cristhopher casado com Beatriz Teodoro, Rafaela Sueli Ribeiro Schiavi, Kayla Brenda. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 16:45 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende – Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. OSWALDO MELEGA FILHO, Faleceu dia 19pp na cidade de Piracicaba, aos 54 anos de idade e era casado com a Sra. Joselia Caravante Melega. Era filho do Sr. Oswaldo Melega da Sra. Clarice Correr Melega, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 05, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA ANTONIA FORNAZIER TEIXEIRA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 78 anos de idade e era viúva do Sr. Blaird Sebastião Teixeira. Era filha do Sr. Mario Fornazier e da Sra. Zulmira Novelo Fornazier, falecidos. Deixa os filhos: Tania Cristina Teixeira, Blaird Alexandre Teixeira casado com Luciana Tavares, Luciana Marcia Teixeira, Marcos Rogerio Teixeira casado com Gisele Siqueira Teixeira. Deixa os netos: João Victor Siqueira Teixeira, Gustavo Teixeira, Lorenzo Siqueira Teixeira. Deixa demais parentes e amigos. O Velório ocorreu dia 21pp na Sala Esmeralda no Memorial Metropolitano de Piracicaba a partir das 09:00 horas. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 15:00 horas, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA APARECIDA DA SILVA, Faleceu dia 20pp na cidade de Piracicaba, aos 86 anos de idade e era viúva do Sr. Waldomiro Tavares da Silva. Era filha do Sr. Luiz Francisco e da Sra. Rafaela Colace Sanches, falecidos. Deixa a filha: Inês Tavares da Silva Claudinho casada com João Carlos Claudino. Deixa a neta: Ana Paula, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 20pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende – Sala 03, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. IVO GUABIRABA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 95 anos de idade era casado com a Sra. Francisca Leopoldina da Silva Guabiraba. Era filho do Sr. João Guabiraba Filho e da Sra. Raimunda Pereira da Silva, falecidos. Deixou os filhos: Reinaldo da Silva Guabiraba; Terezinha Leopoldina Guabiraba; Izabel Guabiraba; Maria de Lurdes Guabiraba. Deixa ainda netos, bisnetos, tataranetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp às 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende – Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. AGOSTINHO JORGE TREVISAN, Faleceu dia 21pp na cidade de Charqueada, aos 69 anos de idade era casado com a Sra. Aparecida de Fatima Garibaldi Trevisan, era filho do Sr. Agostinho Trevisan e da Sra. Laura de Jesus Vieira Trevisan, falecidos. Deixa os filhos: Debora Cristiane Trevisan Defante; Eder Roberto Agostinho Trevisan; Silvia Renata Trevisan Celso. Deixa 07 netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. FERNANDO SANTOS DE OLIVEIRA, Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 57 anos de idade e era casado com a Sra. Adriana Fernandes de Oliveira. Era filho do Sr. Hermelindo de Oliveira, falecido e da Sra. Thereza de Lourdes Santos Oliveira. Deixa o filho: Douglas Fernando de Oliveira. Deixa ainda demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 21pp as 16:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA AUXILIADORA DOS SANTOS ALVES, Faleceu dia 21pp na cidade de Rio das Pedras, aos 63 anos de idade e era casada com o Sr. Claudio Alves. Era filha do Sr. Raimundo Alves dos Santos e da Sra. Maria Elizabete Pereira dos Santos, falecidos. Deixa os filhos: Claudinei dos Santos Alves, Ingryd Vitoria dos Santos Alves, Radyja Vitoria dos Santos, Jose Adenilson dos Santos Alves, Leonardo dos Santos Alves. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Rio das Pedras, seguindo para o Cemitério Municipal de Rio das Pedras. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. JORGINA CORDEIRO FRACETTO – Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 85 anos de idade e era viúva do Sr. Jair Fracetto. Era filha do Sr. Jorge Cordeiro e da Sra. Aparecida Cordeiro, falecidos. Deixa a filha: Gilsene Aparecida Fracetto Fabretti casada com Elcio Renato Fabretti. Deixa netos, bisnetos e demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição Sala-A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. SERGIO SOARES DA SILVA – Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 52 anos de idade e era filho do Sr. Jose Soares da Silva (já falecido) e da Sra. Izabel Ruiz da Silva. Deixa a filha: Rayssa Carolyne da Silva. Deixa irmãos, sobrinhos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 14:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende Sala - 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. CLAUDIO RODRIGUES DOMINGUES - Faleceu dia 21pp na cidade de Piracicaba, aos 62 anos de idade e era filho do Sr. Jose Rodrigues Domingues e da Sra. Adelina Maria Rodrigues, falecidos. Deixa os filhos: Jean Felipe Rodrigues Domingues casado com Nadja Leite Rodrigues, Diego Rafael Rodrigues Domingues casado com Ana Domingues e Thais Fernanda Rodrigues Domingues (já falecida). Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 22pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade Sala - 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. VANDERLEI DE TOLEDO, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 67 anos de idade e era casado com a Sra. Tania Regina Giordani de Toledo. Era filho do Sr. Ephraim de Toledo e da Sra. Domingas de Almeida, falecidos. Deixa os filhos: Tatiane Giordani de Toledo e Regiane Giordani de Toledo. Deixa os netos: Samuel e Clarisse. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp hoje as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala D, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. BENEDICTA VALERINO DE PAULA, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 93 anos de idade e era viúva do Sr. Clementino Vicente de Paula. Era filho do Sr. Antonio Valerino da Cunha e da Sra. Rosaria de Campos Leite, falecidos. Deixa os filhos: Maria Cleide e Jorge. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende – Sala 1, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM. TASSIA BEATRIZ CUNHA SANTANA, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 29 anos de idade e era casada com Sr. Ledeilson Antonio. Era filho do Sr. Marcos Rogerio de Santana e da Sra. Dalzisa Cunha. Deixa ainda demais familiares e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 09:00hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade sala-07, seguindo para o Cemitério Municipal da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA RAIMUNDA DO CARMO VIEIRA, Faleceu dia 22pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade era viúva do Sr. Fernandes Carolino Vieira. Era filha dos finados Sr. José Vicente do Carmo e da Sra. Maria Olivia do Carmo. Deixou os filhos: Jonas Vieira e Sara do Carmo Vieira Ribeiro casada com Leandro Ribeiro. Deixa ainda 02 netos e demais familiares. O seu sepultamento deu-se dia 23pp às 15:00 hs, saindo a urna mortuária da Residência sito a Rua Profº Mello Ayres, 330 – Vila Cristina, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. BENEDITO PEREIRA, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 78 anos de idade era casado com a Sra. Marina de Matos Pereira, era filho dos finados Sr. João Pereira e da Sra. Ana Pereira. Deixou os filhos: Carlos Alberto Pereira, já falecido; Claudinei Aparecido Pereira; Claudir Pereira; Altair Pereira; Mariete Pereira; Elizangela Pereira já falecida. Deixa ainda netos e demais familiares. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Saltinho e seu sepultamento deu-se dia 23pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARILIA CANTOVITZ MARINHO, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 37 anos de idade e era casada com Sr. Rafael Fernando Marinho. Era filha da Sra. Elizabete Aparecida Cantovitz. Deixou a filha: Laura Eduarda Marinho. Deixa ainda demais familiares. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a cidade de Charqueada e seu sepultamento deu-se dia 23pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. À família e amigos enlutados os sentimentos de pesar do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. MARIA BATISTA DE GOIS, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 72 anos de idade e era viúva do Sr. José Laercio de Goes. Era filha da Sra. Margarida Batista, falecida. Deixa a filha: Debora Regina de Goes. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 23pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 07, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

JOVEM - IVAN BARBOSA PREVITALLI, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 16 anos de idade. Era filho do Sr. Amilcar Previtalli e da Sra. Juliana Barbosa Previtalli. Deixa o irmão: Heitor Barbosa Previtalli. Deixa amigos e demais parentes. O velório ocorreu dia 24pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba – Sala Safira das 08:00 as 19:00 horas, onde também haverá a Cerimônia de Homenagens Póstumas no Salão Nobre. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. DILERMANDO CAMUSSI, Faleceu dia 23pp na cidade de Piracicaba, aos 82 anos de idade e era viúvo do Sra. Josefa Puppin Camussi. Era filho do Sr. Francisco Camussi e da Sra. Teresa Rasera, falecidos. Deixa os filhos: Marcos Antonio Camussi casado com Mirian Copoli Camussi, Solange Aparecida Camussi Pagotto casada com Tercio Telemaco Pagotto, Mauro Victor Camussi casado com Priscila Franzoni Camussi. Deixa as netas: Melissa e Larissa, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala A, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. ADRIANO CESAR FERREIRA MERCHES – Faleceu dia 23pp na cidade de Rio das Pedras, aos 43 anos de idade e era filho do Sr. Cesar Ferreira Merches e da Sra. Fatima Aparecida André. Deixa o filho: Lucas Gabriel Rodrigues Merches. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 09:30horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende – Sala - 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. FRANCISCO CAMPION NETO, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 72 anos de idade. Era filho do Sr. Arcangelo Campion e da Sra. Maria da Conceição Rumberga Campion, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 16:00horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende – Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SRA. MARIA DE LOURDES OLIVEIRA, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade. Era filha do Sr. Juvenal de Oliveira e da Sra. Camila Giovannini, falecidos. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 24pp as 17:15horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. JOSE DE SOUZA ANTUNES, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 84 anos de idade e era viúvo da Sra. Maria Correa Antunes. Era filho do Sr. Benedito Antunes Sobrinho e da Sra. Isaltina das Dores Antunes, falecidos. Deixa os filhos: Maria Cristina Antunes casada com Paulo Basilio Fernandes, Eliana Aparecida Antunes Simioni casada com Antonio Fredereico Simioni, Jose Vlademir Antunes casado com Mabile Cristiane Vilas Boas Antunes. Deixa netos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 03, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. LUIZ SERGIO SBARAI, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 66 anos de idade e era casado com a Sra. Marisa Albers Antunes Sbarai. Era filho do Sr. Carlos Sbarai e da Sra. Rosaria Micheloto Sbarai, falecidos. Deixa os filhos: Nathalia Sbarai e Matheus Sbarai casado com Daniela Petry Leites. Deixa demais parentes e amigos. O seu corpo foi transladado em auto fúnebre para a Cidade de Leme e seu sepultamento deu-se dia 25pp as 09:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Leme – Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Leme. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SRA. PRESCILA APARECIDA MURIANO CORREIA, Faleceu dia 23pp na cidade de São Paulo, aos 48 anos de idade e era viúva do Sr. Jerry Adriane Correia. Era filha do Sr. Horacio Muriano e da Sra. Maria Angelina Colavite Muriano. Deixa a filha: Livia Aparecida Muriano Correia. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 16:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Parque da Ressurreição – Sala Premium, seguindo para o Cemitério Parque da Ressurreição. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SRA. MARIA JORGE DE MORAES NALIN, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 92 anos de idade e era viúva do Sr. Romildo Nalin. Era filha do Sr. Agostinho Jorge de Moraes e da Sra. Bebedita Lourerio de Moraes, falecidos. Deixa os filhos: Luzia Aparecida Nalin Sperandio casada com Silverio Antonio Sperandio, Maria de Lurdes Nalin, Vilma Teresinha Nalin, Jose Aparecido nalin casado com Creusa Quieroz Nalin, Antonia Regina Nalin, Antonio Nalin, Rosalina Nalin, Judite Nalin. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 15:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Charqueada, seguindo para o Cemitério Municipal de Charqueada. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SRA. MARIA APARECIDA MAIA GODOY, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 78 anos de idade e era viúva do Sr. Abilio Godoy. Deixa os filhos: Aparecido, Irene, Romilda, Leia, Raquel, Ester (falecida), Mirian, Daniel, Isabel, Katia, Misael, Abilio Ezequiel (falecido), Quezia, Cassia, Samuel. Deixa noras, genros, netos e bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 17:00 horas, saindo a urna mortuária do Velório Memorial Metropolitano de Piracicaba – Sala Diamante, seguindo em auto fúnebre para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SR. URGEL TEIXEIRA DE FABRETI E SILVA, Faleceu dia 24pp na cidade de Piracicaba, aos 44 anos de idade e era casado com a Sra. Paula Adriana Paes Alleoni e Silva. Era filho do Sr. Adalberto Plinio Silva e da Sra. Irani Fabreti Silva. Deixa a filha: Yara Alleoni Fabreti e Silva, a enteada: Vitória Alleoni Bueno Castanheira. Deixa ainda irmãos, demais familiares e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 25pp as 17:15 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 02, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. DUILIO BORGHESE, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 91 anos de idade e era casado com a Sra. Idalina Delazaro Borghese. Era filho do Sr. Libero Borghese e da Sra Maria Fortini Borghese, falecidos. Deixa os filhos: Maria Aparecida Borghese Margiotta viúva do Sr. Edson Margiotta, Delci Ana Borghese Igreja (falecida), Edilene Marli Borghese (falecida), Osvalter Borghese casado com Sandra T. Valerio Borghese, Luciana Borghese Sperandio casada com Stewensol João Sperandio, Paulo Sergio Borghese casado com Regina Celia Campos Borghese. Deixa 13 netos e 7 bisnetos. O seu sepultamento deu-se 26pp as 10:45 horas, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 04, seguindo para o Cemitério da Saudade. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

MENINO - EYCKY GABRYEL OLIVEIRA DE MORAIS, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 14 anos de idade e era filho da Sra. Fabiane Oliveira Paschoal. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 10:30 horas, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende – Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

OSVALDO DE BRITO, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 81 anos de idade e era casado com a Sra. Izabel Simão de Brito. Era filho do Sr. Joaquim de Brito e da Sra. Maria C. de Brito, falecidos. Deixa os filhos: Maria Helena de Brito, Sonia Maria de Brito Campioni casada Antonio Carlos Campioni, Valdecir de Brito casado com Ana Romano de Brito, Rosinei de Brito casada com José Francisco Barbosa, Vanderlei de Brito casado com Silvana Cristina Felippe de Brito, Sandra Aparecida de Brito Santos casada com Antonio Sardinha dos Santos. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 17:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal da Vila Rezende - Sala 02, seguindo para o Cemitério Municipal da Vila Rezende. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. NILTON ALAOR SANTIN – Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 50 anos de idade e era filho do Sr. Jeronimo Santin e da Sra. Maria Nadir Berto Santin. Deixa os filhos: Nilton Alaor Santin Filho e Maria Victoria Santin. Deixa demais parentes e amigos. O velório ocorreu dia 26pp no Memorial Metropolitano de Piracicaba Sala – Safira das 07:30 as 10:45horas, e as 11:00 hs ocorreu a Cerimônia de Homenagem Póstumas no Salão nobre do Memorial Metropolitano de Piracicaba. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. EDNILSON VIRGILIO DA SILVA - Faleceu dia 26pp na cidade de Piracicaba, aos 37 anos de idade e era filho do Sr. Edmundo Virgilio da Silva e da Sra. Maria das Graças Silva. Deixa a filha: Ana Clara da Silva. Deixa demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 16:00hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Saltinho - Sala 01, seguindo para o Cemitério Municipal de Saltinho. A família e amigos enlutados os sentimentos e pesar do Grupo Bom Jesus.

SR. SIDNEI RODRIGUES DOS SANTOS, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 43 anos de idade e era filho do Sr. Pedro Rosa dos Santos e da Sra. Fatima Rodrigues dos Santos. Deixa os filhos: Ingredi, Pedro, Camila, Cintia e Ana Carolina. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 10:30hs, saindo a urna mortuária do Velório Municipal de Vila Rezende Sala - 03, seguindo para o Cemitério Municipal de Vila Rezende. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

SRA. LUIZA RUFINE TAGLIATTI, Faleceu dia 25pp na cidade de Piracicaba, aos 94 anos de idade e era viúva do Sr. Angelo Tagliatti. Era filha do Sr. Albertino Rufine e da Sra. Julia Tozzi, falecidos. Deixa os Filhos: Maria Ines Tagliatti Camargo casada com Wilson Camargo, Reginaldo Jose Tagliatti casado com Maria Claudia Belini Tagliatti e Marta Lucia Tagliatti Siguin casada com Dalton Jovair Seguin. Deixa netos, bisnetos, demais parentes e amigos. O seu sepultamento deu-se dia 26pp as 16:30hs, saindo a urna mortuária do Velório da Saudade – Sala 06, seguindo para o Cemitério da Saudade. À família e amigos enlutados os sentimentos do Grupo Bom Jesus Funerais.

REVISTA **Us**

28 de julho de 2024

Braga e Pedro Aranha

Irmãos lançam o hit musical “Apoiar” em todas as plataformas

Comportamento

Nomofobia: tipo de ansiedade que surgiu na era digital

Moda

UMA: tecidos que não amassam e são perfeitos pra viajar

Decor

Estilo industrial e decoração

Estética

Calvice na barba afeta a autoestima de muitos homens

Nathalia Felippe
REVISTA Us
Nossos pais (...) cantavam com a gente, mostrando que é possível esse caminho (...) sempre incentivando o sonho!
Braga e Pedro Aranha

Mistura Musical

Dois filhos do mesmo pai e da mesma mãe nunca serão duas pessoas iguais. Gênios, temperamentos, gostos... Mas o sangue grita mais alto, e quando essa carga genética vem temperada com música e arte, daí não tem jeito. Os caminhos se cruzam, a mistura "dá liga" e o resultado são obras que não negam os fortes laços que os unem. Foi assim que Pedro Aranha e Braga compuseram "Apoiar", composição criada a quatro mãos e que estreou em todas as plataformas na última sexta, dia 26. A coluna PiraCult conseguiu juntar os irmãos para esta entrevista exclusiva, onde eles falam sobre música, família e vida!

PiraCult: Pedro Aranha e Braga: dois irmãos no caminho da música. Qual a origem dessa vocação artística familiar? Sempre tivemos muita música em casa. Meu pai tocava violão, minha mãe contava história e tocava instrumentos de percussão. Liam bastante e cantavam bastante; ouviam vários tipos de música e colocaram eu e meu irmão cedo na aula de música.

PiraCult: Como cada um de vocês definiria o estilo musical que curte fazer? Definimos como MPB, mesmo que sejam estilos diferentes. Braga mais pop e o Aranha mais parecido com as músicas mais antigas...

PiraCult: Quais são as referências e inspirações musicais de um e de outro? Nas referências do Braga tem bastante coisa da "gringa", como produção também no Brasil. Ele gosta do Tim Bernardes, John Mayer, Lagum... Pedro já "puxa" para Lenine, O Rappa, Gilberto Gil...

PiraCult: Piracicaba tem uma cena musical diversa e eclética. O que cada um de vocês já produziu em parceria com outros artistas locais? Já fizemos shows em Pira, mas ainda nenhum feat com algum artista da cena.

PiraCult: Muitos talentos piracicabanos anseiam por levar sua arte para além das nossas fronteiras geograficas. Na concepção de vocês, o quanto o "ir pra fora" é tão importante assim? Achamos muito importante, pois a cena no interior fica muito no sertanejo, rock e funk. São Paulo, por exemplo, já tem mais força nas músicas autorais. Braga já está com um enorme número nas playlists.

PiraCult: Tá surgindo um novíssimo material dessa parceria entre irmãos. Qual foi o start para "Apoiar" e qual o papel de cada um na construção dessa nova música? "Apoiar" nasceu na pandemia, quando pensamos: "nossa, mano, faz tempo que não tocamos juntos"; e aí na sala começamos os acordes. Ela é uma mistura boa do estilo dos dois. A letra é uma pergunta e resposta, como uma conversa em que as duas pessoas contam uma história que pode ser de amor fraterno entre irmãos, ou romântica também. Fala sobre a força que um amigo-irmão tem pro outro nos momentos difíceis da vida, que pensamos em desistir. Acima de tudo, é sobre apoiar.

PiraCult: Fui amigo pessoal do seu avô, Rubens Braga, e tenho um carinho enorme por dona Maria Cleusa, sua avó. O quanto a família é importante na construção da musicalidade de vocês? Muito importante! Todo o apoio da família Braga e da família Aranha, principalmente dos nossos pais, Sylvio e Viviane, que nos colocaram nas aulas de violão e cantavam com a gente; mostrando que é possível esse caminho, trazendo a realidade da vida também, mas sempre incentivando o sonho. Pedro sempre tocava gaita e cantava as músicas regionais antigas com Rubens Braga. A música sempre permeou a família, desde músicas clássicas, até as mais pops. Sinto que temos uma grande amizade com nossos pais, tanto de pedir ajuda pra letra, ou toques construtivos.■

Acesse o QRCode ao lado para conhecer o lançamento "Apoiar" em todas as plataformas

UMA: tecidos que não amassam e são perfeitos para viajar

Marca possui roupas que não amassam e proporcionam praticidade e estilo

Viajar com estilo e praticidade é o desejo de qualquer pessoa que valoriza a moda. Para isso, é essencial escolher peças que abracem o conceito de "beleza do amassado", garantindo um visual autêntico e descontraído durante toda a viagem. Tecidos que mantêm um charme naturalmente amassado, oferecendo conforto e flexibilidade, são essenciais para atualizar o guarda-roupa de quem ama explorar novos destinos.

A UMA, marca contemporânea fundada por Raquel Davidowicz, apresenta uma coleção pensada especialmente para os viajantes modernos que valorizam o estilo descomplicado. A nova linha destaca-se pelo uso de tecidos tecnológicos que assumem um charme casual e elegante, como o techno stretch, o poliéster e o cotton inox que mistura fibras naturais com um fio de metal, criando um efeito único nas peças."

A coleção é composta por peças com tecido amassado, entre elas: vestido longo transpassado com cinto de couro embutido para ajustes na cintura, macacão manga longa feito em cetim de poliamida e viscose, top drapeado de um ombro só feito em tecido tecnológico de poliéster reciclado, vestido longo de um ombro só com drapeado feito em tecido tecnológico de poliéster, entre outros.

As criações da marca garantem que seus clientes estejam sempre bem-preparados para explorar novos horizontes com confiança e sofisticação.

Fotos: Divulgação

Preenchimento de glúteos: qual é a substância mais segura para usar na hora de optar pelo procedimento

O ácido hialurônico é uma alternativa confiável para correção de queixas estéticas em comparação ao PMMA

Foto: Banco de Imagem

Todos os anos, são realizados cerca de 1,5 milhão de procedimentos estéticos no Brasil

"Usado no meio médico há mais de 20 anos, o ácido hialurônico é biocompatível e, por isso, absorvível, já que temos ácido hialurônico em várias partes do corpo..."

As notícias recentes alertaram para a necessidade de um maior cuidado na hora de optar por um procedimento estético, bem como pelo profissional e clínica a ser realizado. O polimetilmetacrilato (PMMA) causou a morte de uma jovem do Distrito Federal. A influenciadora digital foi submetida a um procedimento para aumento de glúteos no fim de semana e morreu na última terça-feira (02).

O PMMA, conforme endossa Luciana Lourenço, secretária da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica (SBCD), não está entre a lista dos ativos mais recomendados para fins estéticos, devido à aplicação altamente arriscada.

"O PMMA é um produto não absorvível e definitivo, designado para corrigir pequenas deformidades ou a perda da gordura facial em casos de pessoas em tratamento contra o HIV com antirretrovirais. Mesmo se o paciente não tiver complicações, se reprovado o resultado final, diferente de outros tratamentos, não é possível fazer a reversão".

Assim como o silicone industrial, o PMMA não é indicado para o uso descriminalizado pela Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), uma vez que é um componente plástico utilizado como matéria prima para a produção de lentes odontológicas, entre outras finalidades, apresentando grave risco para a saúde quando usado em procedimentos subcutâneos.

De acordo com dados da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCP), todos os anos, são realizados cerca de 1,5 milhão de procedimentos estéticos no Brasil, um dos países em que a população mais adere à condutas para corrigir queixas estéticas ou melhorar a aparência. Para evitar os riscos, é importante conhecer bem a substância a ser injetada. Luciana Lourenço reforça que, independente do procedimento, é importante que seja realizado por especialistas que sigam padrões rigorosos de segurança e ética, garantindo um atendimento de excelência e poupando o paciente de riscos indesejados.

"É muito importante verificar a qualidade do profissional que realiza o procedimento. O paciente deve se certificar da formação para que o especialista em questão escolha, sim, cuidar da beleza, mas nunca prejudique a saúde do paciente. O profissional deve reconhecer as indicações, técnicas e o produto mais adequado antes de prosseguir com a conduta para a queixa apresentada", explicou ainda.

O PMMA, durante muito tempo, foi indicado para correção de queixas ligadas à região dos glúteos, prometendo resultados mais duradouros. No entanto, outro método que ganhou fôlego, apresentando muito menos riscos, foi o preenchimento com ácido hialurônico que, segundo Luciana, é o melhor para quem deseja corrigir ou volumizar a região.

O ácido hialurônico é um preenchedor dérmico que proporciona um aumento mais suave e natural dos glúteos. Menos invasivo, o método oferece resultados temporários, que podem variar de 6 a 18 meses, dependendo de fatores estéticos e do produto utilizado.

"Usado no meio médico há mais de 20 anos, o ácido hialurônico é biocompatível e, por isso, absorvível, já que temos ácido hialurônico em várias partes do corpo. Além disso, já foi desenvolvido um antídoto. Se tivermos qualquer problema ou se o paciente não gostar do resultado, o ácido pode ser diluído com a enzima hialuronidase. Isso faz dele um produto muito mais seguro", acrescentou a médica.

Calvície na barba afeta a autoestima de muitos homens, mas tem solução

Segundo médico e empresário Stanley Bittar, alopecia areata é uma das principais causas de falhas nesta região

Foto: Banco de Imagem

Independentemente da causa, há como solucionar o problema de calvície da barba

Ao longo da história, a barba masculina sempre foi considerada uma espécie de símbolo de status e masculinidade e, atualmente, ela é tida como um dos principais símbolos de beleza para os homens. Não é à toa que o mercado de produtos para barba no Brasil tem crescido significativamente. Mas e quando existe "calvície" na barba?

Segundo o médico e empresário Stanley Bittar, CEO da Stanley´s Holding, que atua em diversos setores, incluindo educação, saúde, beleza, bem-estar, tecnologia, investimento, fintechs e startups, muitos homens têm que lidar com uma barba diferente da qual sonharam em ter, e a chamada alopecia areata nesta região da face é uma das principais causas. "É uma condição autoimune na qual o sistema imunológico ataca os folículos pilosos. Com isso, a barba tem falhas que muitas vezes parecem apenas um erro ao barbear. O grande problema é que isso afeta a autoestima masculina, especialmente no caso dos homens que gostariam de ter uma barba mais completa e volumosa", avalia.

De acordo com Bittar, além da alopecia areata existem outras possíveis causas da calvície na barba. "A predisposição genética também é uma das possibilidades, assim como infecções, desequilíbrios hormonais e traumas ou danos", explica.

O médico ainda reforça que o estresse físico e emocional pode contribuir para a queda de pelos na barba, assim como deficiências nutricionais. "Apenas um dermatologista ou médico especializado poderá determinar a real causa, pois até mesmo deficiências de vitaminas e minerais essenciais podem contribuir para essa situação. Neste caso, tratar a raiz do problema e realizar algumas mudanças já pode ajudar", orienta Stanley Bittar.

O CEO da Stanley´s Holding ressalta que, independentemente da causa, há como solucionar o problema de calvície da barba. "Cada caso é um caso e é preciso entender o que o paciente espera, porém é possível tratar com medicamentos tópicos e orais, tratamentos naturais e suplementos, mudanças no estilo de vida e até transplante capilar. No caso do transplante, ele pode ajudar inclusive quem não tem falhas na barba, mas gostaria de ter uma barba mais bonita e volumosa", conta.

Stanley Bittar explica que muitos homens procuram a clínica por conta da autoestima afetada em razão de uma barba rala demais ou com falhas. "Assim como a calvície capilar incomoda alguns, a falta de barba incomoda outros, mas é importante saber que nenhum homem precisa sofrer com isso, pois há solução. Se um homem sonha em ter uma barba realmente impressionante, o transplante possibilita isso", finaliza o médico e empresário.

Estilo industrial e decoração

Apê de menino: arquitetas do Studio Elã desenvolvem projeto marcante para atender desejos do cliente apaixonado por arte e quadrinhos

Muitas obras de artes, peças de design inusitadas e marcantes, e ainda muita criatividade compõem o apartamento MZE. Encomendado por um cliente discreto, mas cheio de personalidade, o projeto resultou em uma transformação impressionante de um apartamento de 163 metros quadrados, localizado na zona sul de São Paulo. A reforma foi assinada pelas arquitetas Adriana Yin e Alessandra Fuccillo, do Studio Elã.

O cliente Marcelo, conhecido por sua natureza reservada e ao mesmo tempo ambiciosa, buscava um espaço que refletisse sua essência. Desde o início, o desafio foi equilibrar sua discrição com seu desejo de ter um apartamento digno de ser destaque em revistas de decoração. Então, a experiência de Adriana e Alessandra em interpretar e materializar os sonhos de seus clientes resultou em um ambiente que combina funcionalidade, estilo e personalidade.

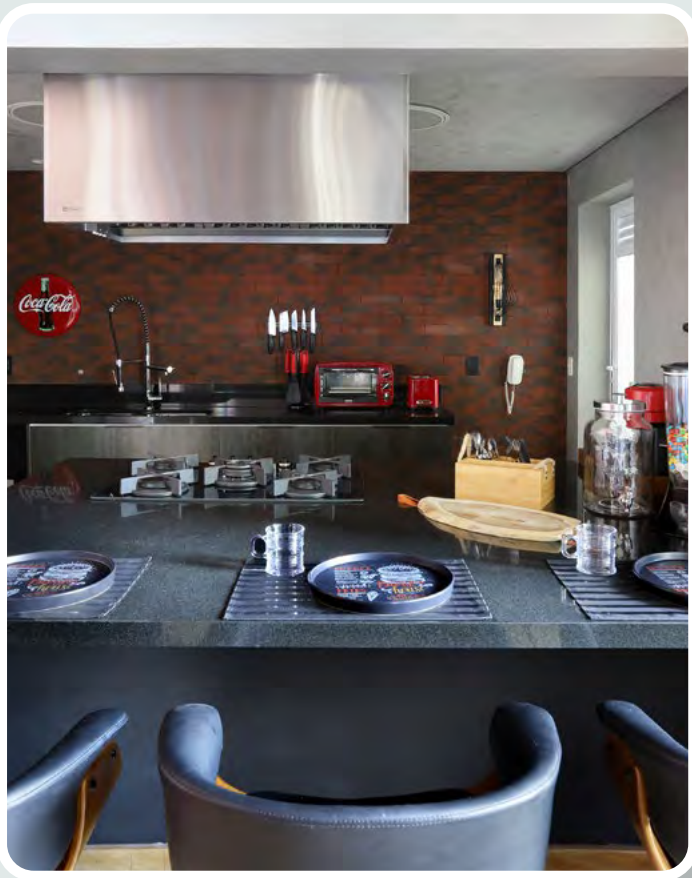
"Inicialmente, o apartamento já possuía uma base sólida, com pisos de madeira de demolição na sala, carpetes nos quartos, e banheiros com revestimentos de alta qualidade. A proposta original previa apenas pequenas adaptações, como a ampliação de um quarto a partir da redução do closet. No entanto, ao longo do processo, novas oportunidades para melhorar a funcionalidade e estética do espaço surgiram, e Marcelo abraçou as nossas sugestões", afirma Adriana.

Para atender ao desejo do cliente de ter um revestimento de tijolinho na sala, as arquitetas criaram uma composição em uma parede estratégica, combinando com uma parede de concreto. O resultado foi um ambiente industrial elegante, harmonizado com o piso de madeira de demolição. "Além disso, fizemos também um jardim vertical instalado no pé direito duplo, cobrindo o espaço da antiga lareira e trazendo mais vida ao ambiente industrial, que tende a ser mais frio", comenta Alessandra.

Um dos pontos altos do projeto é a mesa da sala de jantar – que também pode servir como um ponto de trabalho – feita em concreto com um acabamento propositalmente destruído, como se tivesse recebido um golpe de um dos personagens de quadrinhos que adornam a decoração da sala em quadros e objetos.

Os banheiros foram modernizados com revestimentos e acabamentos, o que trouxe uma nova energia ao apartamento, alinhada com o estilo geral do projeto.

As modificações nas suítes incluíram a inversão da posição do quarto principal e a integração da varanda com um dos quartos. Essas mudanças significativas aumentaram a funcionalidade e o conforto dos ambientes, melhorando a qualidade de vida dos moradores. A intervenção na cozinha foi mais sutil, com a instalação de revestimentos de tijolinho na parede da bancada, a troca de eletrodomésticos e a adaptação da coifa. Estas mudanças, embora discretas, contribuíram para a uniformidade estética do apartamento.

Uma das curiosidades do projeto foi a adaptação do revestimento de tijolinho na sala. Embora inicialmente desejado por Marcelo, o aspecto pesado do tijolinho gerou dúvidas depois de finalizado. Então, as arquitetas solucionaram o problema com uma estrutura metálica sobre o revestimento e uma estante de serralheria e madeira, que suavizaram o visual e trouxeram uma estética mais leve e moderna ao ambiente.

Fotos: Divulgação

Hepatites: prevenção e vacinação são essenciais para conter disseminação

Mortes causadas pela doença estão aumentando no mundo todo

Foto: Envato

Hepatites virais dos tipos A e B são preveníveis por vacina disponibilizada gratuitamente pelo SUS

As hepatites virais são infecções silenciosas que afetam o fígado e representam um sério problema de saúde pública. No mundo, as mortes causadas pela doença estão aumentando e já são a segunda principal causa infecciosa de óbito, com 3,5 mil pessoas falecendo por dia e 1,3 milhão por ano, conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS). Apesar da natureza muitas vezes assintomática, as hepatites virais podem ser controladas com o diagnóstico precoce, melhoria no saneamento básico, acesso a tratamento adequado e, principalmente, a vacinação.

No Paraná, a cidade de Curitiba enfrenta um surto de hepatite A. De acordo com um boletim epidemiológico da Secretaria Municipal da Saúde, mais de 360 casos foram registrados entre janeiro e julho de 2024, representando um aumento de 7.220% em comparação com os cinco casos diagnosticados no mesmo período do ano passado. Como as hepatites podem causar sintomas agudos e, em casos crônicos, levar a complicações graves, a capital paranaense também registrou cinco mortes relacionadas à doença e um transplante de fígado.

Quais são os diferentes tipos de hepatites?

Existem cinco tipos de hepatites virais — A, B, C, D e E —, além de outras causadas por distúrbios autoimunes, medicamentos e drogas. Entre as mais comuns, a hepatite A, que geralmente aparece na infância e adolescência, é conhecida por seus sintomas iniciais sutis, que incluem febre, mal-estar e icterícia. Já as hepatites B e C são mais preocupantes devido à sua capacidade de evoluir para formas crônicas severas, como cirrose e câncer de fígado.

"As hepatites B, C e D são transmitidas por fluidos corporais infectados, incluindo relações sexuais desprotegidas, transfusão de sangue e compartilhamento de agulhas. Seus sintomas variam desde um quadro assintomático a um quadro agudo com febre, dor abdominal e icterícia", explica o gastroenterologista e hepatologista Jean Tafarel, dos hospitais São Marcelino Champagnat e Universitário Cajuru. Já a hepatite E, menos grave exceto em casos fulminantes, não possui vacina e pode afetar pessoas de todas as idades, especialmente mulheres grávidas.

Como se vacinar contra a hepatite?

As infecções mais comuns são causadas pelos vírus A, B e C, sendo que os subtipos A e B são preveníveis por vacina, disponibilizada gratuitamente pelo SUS. "O sistema de saúde oferece ampla vacinação contra a hepatite B e, desde 2014, a vacina de hepatite A tem sido administrada em crianças de 1 a 5 anos e aos adultos do grupo de risco descritos no protocolo no Ministério da Saúde. Isso é fundamental para protegermos a população e contermos a disseminação dessas doenças infecciosas", explica o médico Jean Tafarel.

A vacina contra a hepatite A é oferecida em duas doses, com intervalo de seis meses, e está disponível nas Unidades Básicas de Saúde e na rede privada. Já a vacina contra a hepatite B é administrada em três doses e é recomendada para todas as faixas etárias, especialmente para gestantes não vacinadas. Ambas as vacinas são amplamente acessíveis e desempenham um papel crucial na prevenção da doença.

"Apesar dos avanços da medicina, a hepatite continua sendo difícil de erradicar. Sem a manifestação dos sintomas, muitos não sabem que estão infectados e tornam-se vetores da doença. Diante desse quadro, a melhor forma de evitar a hepatite ainda é a prevenção e a vacinação", avalia o hepatologista.

Qual é a prevenção?

Além da vacinação, algumas medidas podem ser tomadas para prevenir a contaminação. A hepatite A é mais comum em áreas com saneamento básico precário, sendo a higiene a principal forma de prevenção. Isso inclui lavar bem as mãos antes de comer, higienizar os alimentos consumidos crus e evitar contato com água contaminada. No caso das hepatites B, C e D, é fundamental não compartilhar objetos pessoais como lâminas de barbear e seringas, além de usar preservativos nas relações sexuais.

Para o diagnóstico precoce, o hepatologista Jean Tafarel enfatiza a importância de realizar exames de forma regular, especialmente aqueles em grupos de risco. "Essa abordagem permite iniciar tratamentos mais eficazes, reduzindo as chances de complicações graves. Portanto, manter consultas periódicas com o médico e seguir as orientações de vacinação são medidas essenciais na prevenção e no controle das hepatites virais", complementa o médico dos hospitais São Marcelino Champagnat e Universitário Cajuru.

"Promover a vacinação e conscientizar sobre as medidas preventivas pode ajudar a controlar a disseminação das hepatites virais. É essencial que a população esteja informada sobre os riscos e as formas de prevenção, visando reduzir o número de novos casos e melhorar a qualidade de vida daqueles já infectados", finaliza Jean Tafarel.

Fisioterapia e Ergonomia

Tipos de fratura

Dra. Beatriz Abrahão
Fisioterapeuta e Especialista em Ergonomia
CREFITO – 3/105890 - F

Definição

É a quebra de um osso produzida por um trauma direto ou indireto. É o rompimento total ou parcial de qualquer osso.

Causas:

✓ Impactos, como uma queda, uma pancada ou traumatismo (acidentes em veículos motorizados);

✓ Movimentos repetitivos que com o passar do tempo é colocada cada vez mais pressão sobre o osso, que dão origem às chamadas fraturas por stress;

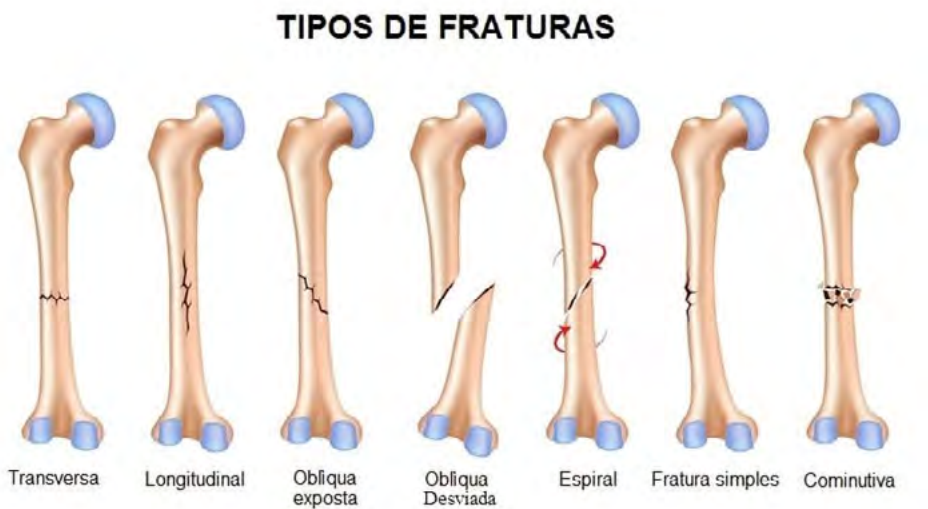
✓ Doenças que fragilizam os ossos, como osteoporose ou tumores ósseos, que dão origem às chamadas fraturas patológicas.

Classificação

São classificadas em dois tipos:

✓ **Fratura exposta:** o osso quebrado lesionou a pele e está exposto ao ambiente;

✓ **Fratura fechada:** a pele fica intacta, ou seja, o osso não fica exposto ao ambiente.

Tipos de fraturas

Uma fratura acontece quando um osso é atingido por uma força maior do que aquela que ele consegue suportar. Se a força for leve, pode provocar uma contusão.

Sinais e sintomas mais comuns de fratura

✓ Dor repentina e forte;

✓ Deformidade da região atingida;

✓ Dificuldade ou incapacidade em movimentar a zona atingida;

✓ Inchaço (edema);

✓ Rubor (vermelhidão)

✓ Hematoma;

✓ Crepitação.

Diagnóstico

Feito por um médico ortopedista com base nos sinais e sintomas presentes. Exames de imagem, como radiografia, tomografia computadorizada ou ressonância magnética.

Tratamento

Imobilização após recolocação do osso fraturado na sua posição correta para que se possa formar novo tecido ósseo e resolver a fratura, processo este que pode demorar vários meses.

A avaliação de uma fratura e das características do doente é que permitirá determinar o tratamento a realizar, que inclui uma ou mais das seguintes técnicas:

✓ Redução fechada (tratamento conservador);

✓ Cirurgia;

✓ Talas gessadas (gesso).

Um diagnóstico rápido após o evento que deu origem a uma fratura permite orientar o tratamento com mais opções disponíveis e, também, prevenir complicações que são mais comuns quando se atrasa a procura de intervenção médica.

É importante ressaltar que durante o tempo de imobilização de uma fratura há perda muscular e funcional. Um membro inferior engessado perde metade da massa muscular se ficar duas semanas em descarga.

Fisioterapia

A fisioterapia desempenha um papel crucial na reabilitação após fraturas, ajudando os pacientes a recuperar força, mobilidade e funcionalidade. Quando uma fratura ocorre, é essencial garantir que o processo de recuperação seja abrangente e eficaz. A fisioterapia auxilia na restauração do corpo e na prevenção de complicações futuras.

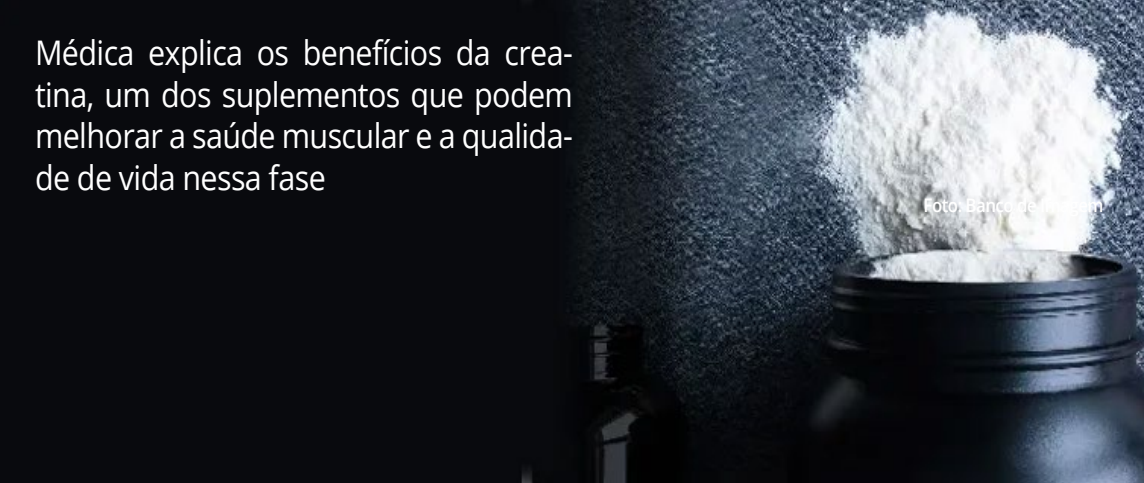
A prevenção é o melhor caminho!

Cuide-se, seu corpo agradece!

FOLHA DE PIRACICABA
O JORNAL CONECTADO COM A CIDADE

Como a creatina pode ajudar mulheres na menopausa e no seu pós

Evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool, já que esses hábitos prejudicam a saúde dos ossos e dos músculos

"Nesse contexto, a suplementação com creatina surge como uma alternativa promissora para combater esses efeitos e promover o bem-estar feminino"

Um estudo recente publicado na Nacional Library of Medicine traz os benefícios da creatina para mulheres na pós-menopausa, apontando que o suplemento, em associação com o treinamento resistido, é uma arma eficaz contra a perda muscular e óssea relacionada à idade.

A menopausa, marcada pela queda na produção de estrogênio, é um processo natural que traz consigo diversos desafios à saúde feminina. Entre os mais preocupantes estão a perda de massa muscular e óssea, que podem levar à fraqueza, osteoporose e maior risco de quedas. "Nesse contexto, a suplementação com creatina surge como uma alternativa promissora para combater esses efeitos e promover o bem-estar feminino", explica a médica Larissa Raso Hammes, ginecologista e obstetra.

O estudo explorou os efeitos da creatina, um suplemento nutricional e também um substrato energético para a contração muscular conhecido por seus benefícios no desempenho atlético. A suplementação em si visa aumentar os níveis de fosfocreatina e creatina livre nos músculos, retardando a fadiga e melhorando o desempenho esportivo e o ganho de massa magra.

Embora os estudos com creatina em mulheres na pós-menopausa ainda sejam relativamente novos, os resultados sugerem que o suplemento pode ser uma ferramenta valiosa para combater os efeitos negativos da menopausa na saúde musculoesquelética.

Combate à perda muscular

De acordo com a médica, quando combinada com o treinamento de força, a creatina é eficaz na prevenção de perda muscular e no ganho de massa muscular, combatendo a sarcopenia — e com uma boa massa muscular, somada ao exercício físico resistido, amplifica a proteção da massa óssea e, consequentemente, da osteoporose.

"A suplementação com creatina beneficia o desempenho em exercícios de alta intensidade, como musculação e corrida, otimizando a capacidade do corpo de gerar energia durante os treinos", conta Larissa. "Isso se traduz em mais força, resistência e explosão muscular, potencializando os resultados das atividades físicas", complementa.

Além da creatina, outras medidas também podem ajudar as mulheres na pós-menopausa a manterem uma melhor saúde muscular e óssea, como exercícios físicos regulares e uma dieta rica em cálcio e vitamina D, nutrientes essenciais para a saúde óssea.

Larissa também recomenda evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool, já que esses hábitos prejudicam a saúde dos ossos e dos músculos. "Ao combinar essas medidas com a suplementação de creatina, quando indicada, as mulheres na pós-menopausa podem ter melhor qualidade de vida e envelhecer de forma saudável", ressalta a médica.

Descubra os mitos e verdades de uma dieta zero lactose

O assunto ainda desperta muitas dúvidas em diversas pessoas

Foto: Banco de Imagem

A intolerância à lactose deve ser diagnosticada por um médico especialista

As pesquisas a respeito da intolerância à lactase, um açúcar do leite, iniciaram-se por volta da década de 60 e existem diversas opções disponíveis nas gôndolas para esse público. Entretanto, há quem associe a privação do consumo do leite a uma dieta mais saudável e capaz de favorecer o emagrecimento.

A intolerância à lactose deve ser diagnosticada por um médico especialista, tendo como principais sintomas a dor abdominal, inchaço, flatulência e diarreia após a ingestão do leite e seus derivados, como por exemplo, iogurtes, coalhada, queijos, leite condensado, creme de leite e receitas que apresentem esses ingredientes.

A Tirolez, maior indústria 100% brasileira de queijos e que possui uma das linhas mais completas de Zero Lactose do País, esclarece alguns pontos sobre a dieta zero lactose devido aos diversos mitos e verdades envolvidos em relação a esse assunto.

Todo alimento lácteo tem lactose – Mito!

Os queijos que possuem maior tempo de maturação, como por exemplo o Parmesão, possuem uma quantidade menor ou apenas traços de lactose. Isso ocorre, pois o processo de maturação dos queijos favorece a degradação da lactose. Essa etapa da produção é responsável por atribuir as características de sabor, aroma, aparência e textura que variam conforme o tempo que os queijos maturam.

Já os queijos frescos, por sua vez, contêm maior quantidade de lactose. Isso acontece porque estão mais próximos da matéria-prima, o leite, como o Queijo Minas Frescal e o Queijo Cottage. Por isso, para quem possui a intolerância, é sempre necessário analisar de perto os ingredientes presentes em cada produto que escolhe consumir.

Consumir lactose engorda – Mito!

Por mais que grande parte das dietas retirem alimentos com lactose do regime alimentar, ainda não há comprovação científica de que esses alimentos contribuem para o ganho de peso.

Intolerantes a lactose podem consumir queijos – Verdade!

É muito comum que os queijos sejam associados como um dos alimentos que mais possuem lactose e um dos primeiros que devem ser eliminados da alimentação de uma pessoa diagnosticada com intolerância. Contudo, existem linhas queijos Zero Lactose oferecidas no mercado. O processo de fabricação dos queijos Zero Lactose é muito similar ao dos tradicionais e, ao final, não apresentam diferença de características sensoriais.

O excesso de telas e as consequências no desenvolvimento infantil

Foto: Banco de Imagens

A falta de olho no olho e o excesso de olhar em telas tem nos desumanizado e aumentado a banalização de tantos transtornos e deficiências

Esther Cristina Pereira é Pedagoga, Psicopedagoga, Professora.

O excesso de telas tem comprometido o cérebro e a afetividade dos humanos. Essa realidade é embasada por dados e comprovada diariamente. A partir desse entendimento, é importante refletirmos sobre esse cenário. A cognição e a afetividade estão, cada vez mais, se esvaziando e ficando deficitárias para o mundo atual.

Até poucos anos atrás, tínhamos a possibilidade de telefonar para amigos e parentes sem consultar a agenda. Utilizávamos nosso cérebro para memorizar e captar as informações quando necessário. Hoje, procuramos o contato na agenda do celular sem a necessidade de teclar o número. Basta dar um comando que as assistentes virtuais dos smartphones fornecem os dados.

Apenas esse simples ato nos leva a um questionamento: de que forma estamos acessando nossa memória de longo e curto prazo? Nós somos os adultos do mundo, os modelos a serem seguidos pelas nossas crianças e adolescentes. O que estamos transmitindo para eles além de dados, facilidades e falta de tempo?

A reflexão, nesse momento, é um bem valioso para pensarmos sobre o rebaixamento cognitivo e afetivo dentro das escolas e no dia a dia das famílias quando se trata de crianças em formação. Cabe pensarmos em nossa mediação junto aos filhos e alunos. Como mediar o uso excessivo das tecnologias e seus acessos e consumo, muitas vezes, desnecessários?

Nem toda informação é conhecimento. Em tempos de excessos, ensinar a fazer escolhas e se responsabilizar por elas pode ajudar muito a recuperar sinapses e gerar conexões inteligentes. Vocês já pararam para observar que nem nós, adultos, estamos usando nossa memória para buscar dados? Apenas damos um Google e lá vem a resposta e, consequentemente, os deveres de casa no modo copia e cola.

As crianças nascem e já são colocadas em contato com o mundo externo no segundo dia de vida. Não existe mais uma adaptação ao novo ambiente e aos pais. Com meses de vida, elas já estão em locais públicos e festas, com a chupeta eletrônica em frente: uma tela para entretenimento. Será que tantos excessos e estímulos precoces não exigem respostas rápidas e hiperativas?

O momento presente nos convida a um repensar de comportamentos, vivências e prioridades. Repensar alguns comportamentos se faz necessário e urgente. Receber uma criança é uma tarefa intransferível e que exige dos adultos muita responsabilidade e disponibilidade. O acolhimento da criança fará toda a diferença na sua vida afetiva e cognitiva. Os pais são considerados os primeiros objetos de amor desse ser e, a partir desses primeiros vínculos, ele irá conhecer a si mesmo, o outro e o mundo. É a primeira porta aberta para as aprendizagens - ou não.

Não quero aqui ser demagoga e dizer que os bebês precisam passar por uma quarentena. Não é essa a questão. O ponto essencial é a presença acolhedora, a ambientação de ruídos e a adaptação de cada dia. Crianças não são objetos, são seres viventes em desenvolvimento, ainda frágeis perante tantos estímulos e demandas.

Observar mais e expor menos pode ser um primeiro passo. O cuidado nos anos iniciais fará toda diferença pela vida afora. Da mesma maneira, as tecnologias que temos e com as quais eles interagem em tenra idade devem ser reguladas e acompanhadas pelos adultos responsáveis. O tablete no banco do carro para que a criança fique em silêncio tira toda a possibilidade dela explorar o mundo lá fora. A observação e a retenção do que se vê são ingredientes para ter atenção. Já pensaram nisso?

Podemos ter nossas próprias verdades e justificativas, mas esse não é o caminho do afeto, do vínculo e, muito menos, do diálogo, que é tão cobrado lá na adolescência.

A falta de olho no olho e o excesso de olhar em telas tem nos desumanizado e aumentado a banalização de tantos transtornos e deficiências. Estarão as novas gerações com déficit de humanos adultos disponíveis? Precisamos rever alguns conceitos. E rápido!

O papel da escola, da sociedade, dos pediatras e dos terapeutas faz-se urgente junto às famílias. As crianças perderam a capacidade de fazer coisas simples, de se relacionar, de brincar, de dialogar e de obter movimentos físicos que auxiliem no dia a dia. Como exemplo, podemos citar a dificuldade para se vestir, para dobrar a roupa, para silenciar e para entender regras, pois a vida está sendo alicerçada com falta do dia a dia intenso com a família. Onde moram tantas dificuldades?

Cansamos de ver famílias em restaurantes e cada um na sua própria telinha. Aquele poderia ser um momento de encontro e, no entanto, vira um encontro de solidões e silêncios compartilhados. Crianças sendo alimentadas pelos pais, assistindo desenhos, pais postando os pequenos filhos em suas redes nada sociais. Precisamos repensar!

Onde fica o processo de aprendizagem das coisas simples? Como esse ser humano pequenino está constituído sem mediação de outro humano? Onde estão as conexões humanas e suas primeiras habilidades cognitivas para o cálculo, para a leitura e para os conflitos de aprender e crescer?

Estão aprendendo a não pensar, a não usar o cérebro e a automatizar emoções e sensações cada vez mais empobrecidas. O cérebro é um órgão social em constante desenvolvimento e que precisa ser estimulado desde os primeiros dias. Por isso, temos que mudar essa realidade com muita responsabilidade.

Precisamos estimular as crianças e fazer com que elas olhem para fora das telas. Devemos propor tarefas e brincadeiras, dedicar um tempo para criar, imaginar, fantasiar e, além disso, pensar no coletivo e na família, ajudar nas pequenas tarefas da casa, da escola e, amanhã, do mundo.

A Europa é um país que tem se dedicado com afinco para isso, para o tempo para estruturar as crianças desde recém-nascidas para o uso do que temos de mais importante: o cérebro e sua emoção. Quando nos deparamos com estudos sobre o malefício que a tecnologia tem causado às crianças, nos questionamos o porquê dos adultos não mudarem sua maneira de educar as crianças para isso.

Será que os adultos também estão precisando de ajuda com seus excessos? Conectar-se em excesso com máquinas sinaliza um desconectar-se de si e do outro. Pensem nisso. Que futuro nos espera? Pensar, calcular, ter coordenação motora fina ou ampla de qualidade e possuir um vocabulário robusto são algumas das habilidades que hoje estão se perdendo consideravelmente.

Essa realidade também gera questionamentos de que as crianças não estão em franco desenvolvimento e aprendizado, gerindo e regulando suas próprias emoções. Quais são os modelos que elas acompanham? Youtubers? Chegam da escola e, com o vício nas telas, não se desligam nem na hora de dormir, acordar e estudar. Elas estão intoxicadas de eletrônicos e muitas sofrem fisicamente com o distanciamento de sua máquina.

Cresce o número alarmante de crises de abstinência em crianças e adolescentes. A companheira inseparável, Alexa, é quem diz as respostas, pensa e corrige os pequenos. E onde está o adulto da relação neste momento?

Não necessitamos de especialistas para saber que resultado temos tido com a tecnologia tomando a frente na educação das crianças. Basta que olhemos atentamente para o número de patologias criadas. O brincar livremente virou um produto de luxo.

Já observaram que toda festa infantil tem recreadores? Os espaços públicos como praças, ruas e museus estão cada vez menos habitados.Usar o cérebro de forma efetiva é tarefa da família. Esse é um aprendizado de vida e para a vida. O cérebro precisa de estímulo.

Como aprender a ler se os pais não têm hábitos de leitura? Como ler sem mediação? Como conversar em tempos de monólogos e emoticons? Como saber esperar a sua vez, se frustrar, ganhar e, até mesmo, perder se isso não é exercitado?

Poderíamos ficar aqui escrevendo e refletindo, mas o tempo presente não nos permite mais esperar. O pedido é para os adultos: retomem seus lugares de referência na vida de seus filhos, deem as mãos com a escola, que é sua maior parceira nessa transição de mundo, e assumam a viagem da vida rápida de seus filhos que estão crescendo no quarto ao lado do seu (e não nas suas camas compartilhadas). Retomem o papel social de família e o papel educativo que a família possui, pois a escola não pode assumir essa responsabilidade. O momento pede: recalculem a rota da educação familiar.

Entenda o que é nomofobia, tipo de ansiedade que surgiu na era digital e que afeta pessoas de todas as faixas etárias

Brasil ocupa o 4º lugar no ranking mundial de pessoas com o transtorno

Foto: Banco de Imagem

O termo nomofobia surgiu para indicar a angústia ou o desconforto causado pelo medo de ficar offline,

“Esse sentimento de medo, pânico ou ansiedade intensa por sentir falta do aparelho faz com que a pessoa se torne dependente fisicamente, como se fosse um usuário de drogas...”

Os avanços tecnológicos recentes têm modificado a forma e a intensidade da comunicação entre as pessoas. As cada vez mais modernas, instantâneas e variadas plataformas de mensagens e redes sociais possibilitam uma realidade que não era imaginada há pouco tempo. Essas novas ferramentas e recursos modificaram o comportamento das pessoas e o seu uso excessivo vem sendo normalizado em todas as faixas etárias, no mundo todo.

Um dos aspectos mais atraentes dessas tecnologias é a possibilidade de inclusão social proporcionada pela utilização da internet como campo de encontro num imenso mundo virtual. Isso dá aos usuários um universo de possibilidades, inimaginável num passado não muito remoto. Porém, o uso excessivo de smartphones, por exemplo, deixa as pessoas – inclusive crianças - dependentes, desencadeando o transtorno chamado nomofobia.

O termo, que foi criado no Reino Unido, deriva do inglês e é uma abreviação da expressão no-mobile-phone phobia (algo como “fobia de ficar sem celular”) e foi cunhado durante uma pesquisa realizada pela organização UK Post Office.

Ele surgiu para indicar a angústia ou o desconforto causado pelo medo de ficar offline, ou seja, pelo temor de ficar incomunicável por meio da internet, do computador ou do telefone celular. Esse transtorno, que é físico e mental, é causado pelo uso excessivo de celulares e está sendo discutido em diversas esferas, sendo um distúrbio multifatorial.

Segundo Roberto James, mestre em psicologia e especialista em comportamento do consumidor, essa dependência do celular como ferramenta para os afazeres do dia a dia, indica razões sociais, funcionais, orgânicas e de saúde para ser desencadeada. “O smartphone passou a agrupar funções antes realizadas por computadores, que em décadas passadas era utilizado apenas para o trabalho”, afirma James, que complementa, “hoje, confunde-se lazer com obrigações diárias e até mesmo com o estudo”.

Dados da Associação Brasileira de Medicina (ABM) apontaram que, em 2021, 10% dos brasileiros sofriam de nomofobia. Já uma pesquisa realizada pela Universidade McGill de Montreal, no Canadá, indica que o Brasil fica atrás apenas da Malásia, Arábia Saudita e China no ranking global de viciados em smartphones.

“Esse sentimento de medo, pânico ou ansiedade intensa por sentir falta do aparelho faz com que a pessoa se torne dependente fisicamente, como se fosse um usuário de drogas. A partir desse acúmulo de funções nos celulares, sua importância extravasou os limites do razoável que se utiliza no dia a dia”, afirma James.

Pessoas com nomofobia não saem de casa sem o celular, mantendo-se atentas e conectadas ao aparelho 24 horas por dia. Para diagnosticar o distúrbio, é importante identificar os sintomas para que a dependência seja tratada e não se torne um problema ainda maior na vida do indivíduo.

Roberto James, especialista em comportamento de consumo lista alguns sinais de alerta para saber quando é indicado procurar um especialista:

- Sensação de que o celular está tocando ou vibrando a todo o momento, mesmo sem novas notificações ou ligações
- Taquicardia ou sudorese quando acha que esqueceu ou perdeu o aparelho
- Angústia, mau humor ou irritação quando está sem sinal de internet
- Incapacidade de diminuir o tempo que fica conectado

“A função de um smartphone não é desenvolver dependência no indivíduo. É preciso lembrar os pontos positivos dessa tecnologia, como aproximar pessoas e obter informações em tempo real. O que se precisa discutir são os excessos, os limites ultrapassados e a sua dependência, que causa transtornos e modifica a qualidade de vida do indivíduo. Esse uso exagerado atrapalha o desenvolvimento dos mais jovens e causa problemas de relacionamento e desempenho nos adultos, restringindo suas vidas”, conclui o especialista.

Como manter a imunidade em alta na terceira idade

Nutricionista dá dicas e receitas para fortalecer o sistema imunológico

As baixas temperaturas do Inverno exigem mais proteção ao corpo, e manter o sistema imunológico em bom funcionamento faz toda a diferença e garante a qualidade de uma vida saudável. No entanto, com o passar dos anos, esse sistema se torna menos eficaz, por isso, é importante intensificar os cuidados para ter uma boa imunidade. A nutricionista do Oba Hortifruti, Renata Guirau, explica que nas pessoas acima de 60 anos, podem ocorrer mudanças na forma como o corpo reage a doenças, e o organismo fica mais vulnerável a desenvolver sintomas graves que poderiam ser mais leves, como os resfriados, por exemplo.

"Para minimizar esse efeito natural no envelhecimento, o cuidado com a alimentação é fundamental. Manter um bom aporte de nutrientes vai ajudar o corpo a ter uma boa produção de células imunológicas e favorecer a saúde em geral", diz a nutricionista.

A especialista dá cinco dicas para deixar a imunidade em dia:

- **Mantenha-se hidratado. C**om o frio, costuma-se ingerir menos água, principalmente os idosos. Isso pode interferir no consumo alimentar. Além da água, sucos, chás, água de coco e alimentos com alta concentração de líquidos, como as sopas, podem ajudar.
- **Consuma vegetais.** Pode ser mais difícil consumir os itens crus com as baixas temperaturas, e uma boa estratégia é comer vegetais cozidos, assados, refogados, na forma de cremes, sopas, purês e caldos. Eles vão fornecer vitaminas, minerais, compostos fitoquímicos e fibras que ajudam o sistema imunológico a funcionar bem.
- **Não se esqueça da vitamina C, tão importante para a imunidade.** Coma frutas cítricas, como a mexerica e o limão, além de kiwi e morango, todas frutas da estação. Podem ser consumidas no café da manhã, como lanche intermediário, sobremesa do almoço e jantar, no tempero de algum prato. Elas vão ajudar a manter os níveis de vitamina C em dia de maneira muito mais eficiente que os suplementos comprados em farmácias.
- **Coloque caldos e sopas no cardápio.** São uma ótima alternativa no inverno. Incluir carnes, ovos, feijões, queijos nessas preparações ajuda a evitar o baixo consumo das proteínas ao longo da estação, e a falta delas pode prejudicar a renovação celular, inclusive do sistema imunológico.
- **Controle o consumo de massas e pães.** Nessa época do ano, é comum o aumento na busca por alimentos ricos em carboidratos, como os pães, bolachas, macarrão, nhoque e outros. O ideal é consumir esses alimentos como parte das refeições e nunca sozinhos, pois podem prejudicar a saciedade e não vão fornecer todos os nutrientes que o corpo precisa.

Renata ensina três receitas que ajudam a hidratar o corpo e a manter imunidade em alta

Sopa de abobrinha com frango

Ingredientes

Risoto

- 2 abobrinhas médias
- 2 colheres de sopa de requeijão
- 1 colher de sopa de creme de leite
- 50g de parmesão ralado
- ½ peito de frango desfiado
- 2 dentes de alho
- Sal e pimenta-do-reino a gosto

Modo de Preparo

Lave as abobrinhas e corte em cubos. Em uma panela, coloque as abobrinhas e cubra com água e cozinhe até ficarem macias. Tempere com um pouco de sal e pimenta-do-reino. Escorra as abobrinhas e bata no liquidificador ou processador até virar um purê. Passe o purê para uma panela. Doure o frango desfiado com os dentes de alho esmagados e uma colher de manteiga ou azeite se preferir. Tempere com um pouco de sal e pimenta. Incorpore o queijo parmesão ralado, o requeijão e o creme de leite. Adicione o purê a essa mistura, deixe cozinhar e, se quiser, adicione um pouco da água reservada até obter a consistência desejada.

Sopa de abóbora com espinafre e carne

Ingredientes

- 4 xícaras de chá de abóbora cabotiã picada
- 2 xícaras de chá de iscas de carne grelhada
- 1 xícara de chá de espinafre picado cru
- 2 dentes de alho amassados
- ¼ cebola em fatias
- 2 colheres de sopa de azeite
- Sal e pimenta a gosto

Modo de Preparo

Lave as abobrinhas e corte em cubos. Em uma panela, coloque as abobrinhas e cubra com água e cozinhe até ficarem macias. Tempere com um pouco de sal e pimenta-do-reino. Escorra as abobrinhas e bata no liquidificador ou processador até virar um purê. Passe o purê para uma panela. Doure o frango desfiado com os dentes de alho esmagados e uma colher de manteiga ou azeite se preferir. Tempere com um pouco de sal e pimenta. Incorpore o queijo parmesão ralado, o requeijão e o creme de leite. Adicione o purê a essa mistura, deixe cozinhar e, se quiser, adicione um pouco da água reservada até obter a consistência desejada.

Vitamina de frutas vermelhas com água de coco

Ingredientes

- 5 morangos médios
- ½ saquinho de polpa de framboesa congelada
- ½ banana nanica madura
- 200ml de água de coco fresca
- 1 colher de chá de psyllium em pó

Modo de Preparo

Bata tudo no liquidificador ou mixer e consuma em seguida.

Caminhar auxilia a saúde física e mental dos cães

> *"O dog walking é muito mais do que uma simples atividade física, é uma oportunidade de para enriquecer a vida do cão de diversas maneiras"*

Beatriz França é adestradora e especialista em comportamento de cães com quase 10 anos de experiência

Hoje venho falar sobre um tema fundamental para o bem-estar dos nossos amigos de quatro patas: o dog walking. A prática regular de passeios é essencial para a saúde física e mental dos cães, proporcionando inúmeros benefícios que vão desde a manutenção do peso ideal até a redução do estresse e da ansiedade. Além disso, um dog walker profissional desempenha um papel fundamental nesse processo, garantindo passeios seguros e divertidos. Vamos explorar como o dog walking pode transformar a vida do seu cão:

Benefícios físicos

Os passeios diários ajudam a manter os cães ativos e em forma. A caminhada regular contribui para a prevenção da obesidade, melhora a saúde cardiovascular, fortalece os músculos e articulações e auxilia na digestão. Para cães de todas as idades, desde filhotes até idosos, o exercício físico regular é essencial para uma vida saudável.

Benefícios mentais

Além dos benefícios físicos, os passeios têm um impacto significativo na saúde mental dos cães, onde eles têm a oportunidade de explorar novos ambientes, cheirar diferentes aromas e interagir com outros cães e pessoas, estimulando suas mentes, prevenindo o tédio e redução comportamentos destrutivos que podem surgir da falta de estímulo mental. Caminhadas regulares também ajudam a reduzir a ansiedade e o estresse, promovendo um estado de relaxamento e felicidade.

A importância de um passeio seguro e divertido

Um dog walker profissional está preparado para proporcionar passeios seguros e prazerosos para os cães. Sempre atento a comportamentos e estímulos externos que podem afetar diretamente os reflexos do cão e desencadear atitudes inesperadas no animal, esses profissionais seguem protocolos de segurança que compartilho a seguir:

Uso de equipamentos adequados: Utilize coleiras e guias adequadas ao tamanho e temperamento do cão. Coleiras peitorais são uma excelente opção para evitar pressão no pescoço. Leve sempre leve sacolas para recolher as fezes do cão, mantendo o ambiente limpo e agradável para todos.

Planejamento da rota: Escolha rotas seguras, evitando áreas com tráfego intenso ou perigos potenciais. Prefira parques e trilhas onde o cão possa explorar com segurança. Varie as rotas para oferecer novos estímulos e manter o interesse do cão.

Controle da situação: Permaneça alerta ao comportamento do cão e ao ambiente ao redor. Mantenha o controle da guia, especialmente em áreas movimentadas. Conheça os sinais de alerta do cão e esteja preparado para agir rapidamente em situações de perigo com ataques de outros cães, desobediência ou comportamentos inesperados. Manter a calma e saber como intervir pode fazer toda a diferença.

Rotina: Mantenha uma rotina consistente de horários e durações dos passeios. Os cães se beneficiam de previsibilidade e estabilidade. Adapte os passeios às necessidades individuais de cada cão, considerando idade, nível de energia e condições de saúde.

O dog walking é muito mais do que uma simples atividade física, é uma oportunidade de para enriquecer a vida do cão de diversas maneiras. Como adestradora e especialista em comportamento canino, posso afirmar que a prática regular de passeios contribui significativamente para a saúde e felicidade dos cães. Um dog walker profissional não só garante a segurança durante os passeios, mas também proporciona uma experiência enriquecedora e divertida para os cães.

Investir tempo e atenção na qualidade dos passeios do seu cão é um passo importante para garantir que ele tenha uma vida plena e saudável. Então, da próxima vez que levar seu amigo peludo para um passeio, lembre-se dos benefícios incríveis que essa atividade proporciona e aproveite cada momento juntos.

Foto:Divulgação

A prática regular de passeios é essencial para a saúde física e mental dos cães, proporcionando inúmeros benefícios

Paris: como aproveitar a cidade além dos jogos e das atrações turísticas mais conhecidas

O evento esportivo mais aguardado do ano chegou! Quem for a Paris terá a oportunidade de assistir a competições entre os melhores atletas do mundo. Mas não é só isso, afinal a Cidade Luz é um prato cheio para viajantes de todo globo. Os brasileiros, inclusive, são a sétima nacionalidade que mais buscou por acomodações em Paris entre 26 de julho e 11 de agosto*, segundo a Booking.com – empresa de reserva de acomodações, atrações e outros serviços de viagem. O destino também é a capital europeia mais buscada por brasileiros para o mesmo período.

Com a cidade cheia por conta dos jogos, quem quiser evitar as filas de atrações mais famosas, como a Torre Eiffel e o Museu do Louvre, pode aproveitar para descobrir algumas joias escondidas da capital francesa. A Booking.com recomenda os melhores bairros e atrações para quem quer descobrir ângulos diferentes da capital francesa.

Fotos: Divulgação

Belleville

O bairro de Belleville fica no coração da região nordeste de Paris e é conhecido pela sua rica cena artística e criativa. Suas vielas estão repletas das mais incríveis artes de rua, além de serem o endereço de galerias e ateliês abertos ao público. Aposte em um passeio guiado para descobrir os melhores murais, grafites e galerias que o bairro tem a oferecer. Outra opção na região é o Parc de Belleville, famoso por ser o parque mais alto de Paris, oferecendo aos visitantes uma vista panorâmica da cidade.

Onde se hospedar: descubra o melhor de Belleville durante sua estadia no Babel Belleville, que conta com restaurantes e bares a uma curta caminhada.

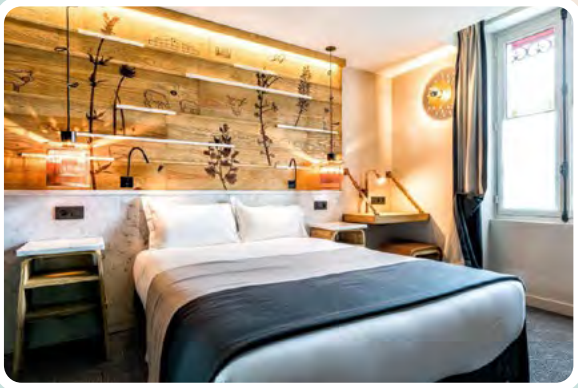
Musée de la Chasse et de la Nature e Centre Pompidou

Embora Paris seja conhecida por seus museus icônicos, como o Louvre e o d'Orsay, o Musée de la Chasse et de la Nature também merece uma visita. Conhecida por suas exposições que se focam na relação entre os seres humanos e a natureza, a atração também tem um rico acervo que apresenta tradições e práticas de caça antigas. Os viajantes podem aproveitar o passeio para visitar o Centre Pompidou, que é bem pertinho e abriga o maior acervo de arte contemporânea e moderna da Europa.

Onde se hospedar: situado a uma curta caminhada dos museus, fica o deslumbrante Hotel du Petit Moulin, que foi projetado pelo famoso estilista francês Christian Lacroix. A acomodação é ideal para os fãs de arte, porque também fica próximo ao Museu Picasso.

Parc de la Villette

Conhecido como o terceiro maior parque de Paris, o Parc de la Villette conta com 35 hectares de vegetação e é perfeito para viajantes que gostam de desfrutar belas vistas e fazer piqueniques. Quem for fã de música pode ainda esticar o passeio para o bairro de Villette, um dos centros culturais de Paris, repleto de casas de shows e salas de concertos, como a Filarmônica de Paris. Nos arredores, há ainda, a Cité des Sciences et de l'Industrie, famosa por exposições interativas que exploram temas como o espaço, a energia e o corpo humano.

Onde se hospedar: situado a uma curta caminhada do Parc de la Villette, o Hotel Restaurant Au Boeuf Couronné conta com quartos espaçosos com ar-condicionado e café da manhã em estilo americano. A acomodação ainda tem uma boa rede de transporte por perto, o que facilita a circulação dos hóspedes pela cidade.

Petite Ceinture

Petite Ceinture é uma linha de trem do século XIX que percorria as principais avenidas da cidade, transportando passageiros e mercadorias. Desativada e abandonada, hoje em dia ela está sendo revitalizada e se transformando em um belo jardim com mais de 200 espécies de plantas, e mais de 70 espécies de animais, ostentando biodiversidade e beleza únicas. Após apreciar o verde, deguste um coquetel nos bares elegantes e aprecie um bom jantar nos restaurantes da região.

Onde se hospedar: no centro do 20º distrito fica o Hôtel Piapia, que vai encantar em especial os amantes da astronomia, já que seu design é inspirado em planetas e estrelas. A acomodação ainda conta com biblioteca onde os hóspedes podem continuar relaxando, dessa vez por meio da leitura. O hotel está próximo da estação de metrô Porte de Vincennes.

Marché aux Puces de Saint-Ouen

O Marché aux Puces de Saint-Ouen fica no extremo norte da capital francesa e abriga o maior mercado de antiguidades e de itens de segunda mão do mundo. O mercado conta com várias lojas e seções que vendem produtos diversos, desde discos vintage e roupas modernas, até antiguidades preciosas. O Marché Paul Bert Serpette é um dos favoritos dos parisienses, conhecido por constantemente atualizar suas coleções com as melhores obras de arte e peças decorativas. Como alternativa, o Marché Dauphine é recomendado para quem prefere antiguidades e itens vintage de alta qualidade.

Onde se hospedar: você pode se hospedar no Superb Mini Loft close Montmartre, que conta com um belo jardim e vista para o pátio interno. Esse apartamento totalmente equipado no 18º arrondissement é perfeito para quem busca um refúgio acolhedor.